ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ
ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ

ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಕೈಪಿಡಿ

(ನರ್ಸುಗಳಿಗೆ)

ಜೂನ್ 2005



ಎಸ್‌ಟಿಐ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್: ನಿವಾರಣೆ ಕಾಳಜಿ ಆಧಾರ ಮತ್ತು ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ

A KSAPS & ICHAP Initiative



ಎಚ್‌ಐವಿ / ಏಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ಎಸ್‌ಟಿಐ

ಕುರಿತು

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ

ನರ್ಸುಗಳಿಗೆ ತರಬೇತಿ



ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಕೈಪಿಡಿ

ಜೂನ್ 2005

ತಯಾರಕರು:

ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ನರ್ಸಿಂಗ್

ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಅಕಾಡೆಮಿ ಆಫ್ ಹೆಲ್ತ್ ಸೈನ್ಸಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು-560 034

ಸಹಾಯದೊಂದಿಗೆ:

ಇಂಡಿಯ-ಕೆನಡಾ ಕೊಲಬೊರೇಟಿವ್ ಎಚ್‌ಐವಿ /
ಏಡ್ಸ್ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್ (ICHAP)
ಫೋ: 080-22201237/8 / 9
ಇಮೇಲ್ : ichapblr@ichapindia.org

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಏಡ್ಸ್
ನಿವಾರಣ ಸಂಸ್ಥೆ (KSAPS)
ಫೋ: 080-22201436/9
ಇಮೇಲ್ : ksaps@bgl.vsnl.net.in

4/13-1, ಕ್ರೆಸೆಂಟ್ ರೋಡ್, ಹೈಗ್ರೌಂಡ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು -560 001

ಸ್ವೀಕೃತಿಗಳು

ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊಸತಾಗಿ ರೂಪಿಸಿದ್ದಲ್ಲ. ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರಚಲಿತವಿರುವ ವಿವಿಧ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮಗಳು, ಕೈಪಿಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ದಾಖಲೆಗಳಿಂದ ಸಾಮಗ್ರಿಯನ್ನು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಇದನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಕುರಿತು ಆಕರ ಸೂಚಿಯನ್ನೂ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ನರ್ಸಿಂಗ್‌ನ ಬೋಧನಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿ, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಅಕ್ಯಾಡಮಿ ಆಫ್ ಹೆಲ್ತ್ ಸೈನ್ಸಸ್ ಸಂಸ್ಥೆ ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮವನ್ನು ಸಂಕಲಿಸಿದೆ. ನಾವು ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ - ಕೆಳಗೆ ನಮೂದಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇವೆ:

- **ಕುಮಾರಿ ಮುಕ್ತಾಂಬ, ಪಿಡಿ, ಕೆಸಾಪ್ಸ್ ಮತ್ತು ಡಾ. ಸೀತಾಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಎಪಿಡಿ ಕೆಸಾಪ್ಸ್** ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಸಾಪ್ಸ್‌ನ ಸದಸ್ಯರು
- **ಡಾ: ರೆನಾಲ್ಡ್ ವಾಷಿಂಗ್‌ಟನ್ (ಪ್ರೋಗ್ರಾಂ ಆಫೀಸರ್, ಐಚಾಪ್)** - ನಮಗೆ ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ
- **ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಅಕ್ಯಾಡಮಿ ಆಫ್ ಹೆಲ್ತ್ ಸೈನ್ಸಸ್ (SJMCH),**
- **ಶ್ರೀಮತಿ ಮೆಡೊನ್ನ ಬ್ರಿಟ್ಟೊ ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲ್, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ನರ್ಸಿಂಗ್, SJMCH**-ಅವರು ನೀಡಿದ ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಕ್ಕಾಗಿ
- **ಐಎನ್‌ಎಸ್‌ಎ (ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಸರ್ವಿಸಸ್ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್, ಬೆನ್‌ಸನ್ ಟೌನ್)** - ಸಾಮಗ್ರಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ, (ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ರಚನೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲ ಪರಿಣಿತರಿಗೆ),
- ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ರಚನೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಣಿತರಿಗೆ ಮತ್ತು ಸ್ವತಂತ್ರ್ಯ ವಿಮರ್ಶಕರಿಗೆ
- **ಡಾ. ಜಾನ್ ಸ್ಟೀಪನ್ (ಕೋಆರ್ಡಿನೇಟರ್, ಎಮ್‌ಇಸಿ, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜ್ ಅಂಡ್ ಹಾಸ್ಪಿಟಲ್, SJMCH)** -ಅವರು ನೀಡಿದ ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಟ್ಟಿರುವುದಕ್ಕೆ
- **ಶ್ರೀಮತಿ ನೈಸಿಲ್ ಡಿ'ಸೋಜಾ, ಕುಮಾರಿ ಮೇರಿ ರಾಣಿ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಲ್ಮಾ ಡಿ'ಸೋಜಾ, ಶ್ರೀಮತಿ ಪಾಂಡಿ ಸೆಲ್ವಿ ಮತ್ತು ಕುಮಾರಿ ಏಂಜೆಲ್ ಮೇರಿ**- ಬಾಗಲಕೋಟೆ ಮತ್ತು ಧಾರವಾಡದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ತರಬೇತಿ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಸಂಚಾಲಕರಿಗೆ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ

ಬಾಗಲಕೋಟೆ ಮತ್ತು ಧಾರವಾಡದಲ್ಲಿ, ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ನಡೆಸಿದ ಕಾರ್ಯಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಶಿಬಿರಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ- ಅವರು ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದ ಆಸಕ್ತಿಗಾಗಿ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ :
ichapblr@ichapindia.org

ಲೇಖಕರು :

ಬೋಧಕ ವೃಂದ, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜು, ಬೆಂಗಳೂರು

- **ಶ್ರೀಮತಿ ಗ್ಲೋರಿ ಲಾಗಲಿ,** (ಎಂ. ಎಸ್‌ಸಿ., ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ನರ್ಸಿಂಗ್), ಉಪನ್ಯಾಸಕರು
- **ಶ್ರೀಮತಿ ದರೋತಿ ದೀನಾ ಥಿಯೋಡರ್,** (ಎಂ. ಎಸ್‌ಸಿ., ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ನರ್ಸಿಂಗ್) ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು
- **ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಸತೀಶ್,** (ಎಂ. ಎಸ್‌ಸಿ., ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ನರ್ಸಿಂಗ್) ಸಹ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು
- **ಶ್ರೀಮತಿ ಪ್ರೀತಿ ಡಿ'ಸೋಜಾ ,** (ಎಂ. ಎಸ್‌ಸಿ., ಶಿಶು ಆರೋಗ್ಯ ನರ್ಸಿಂಗ್; ಎಂ.ಫಿಲ್. ನರ್ಸಿಂಗ್) ಸಹ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು
- **ಶ್ರೀಮತಿ ಜಾಸ್ಮಿನ್ ಬೆನ್ನಿ,** (ಎಂ. ಎಸ್‌ಸಿ., ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾ ನರ್ಸಿಂಗ್; ಎಂ.ಫಿಲ್., ಹಾಸ್ಪಿಟಲ್ ಅಂಡ್ ಹೆಲ್ತ್ ಸಿಸ್ಟೆಮ್ ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್), ಸಹ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು
- **ಶ್ರೀಮತಿ ಮೇರಿಲ್ಯಿನ್ ವಾಷಿಂಗ್‌ಟನ್** (ಎಂ. ಎಸ್‌ಸಿ., ಚೈಲ್ಡ್ ಹೆಲ್ತ್ ನರ್ಸಿಂಗ್; ಎಂ.ಫಿಲ್., ಹಾಸ್ಪಿಟಲ್ ಅಂಡ್ ಹೆಲ್ತ್ ಸಿಸ್ಟೆಮ್ ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್), ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು ಮತ್ತು ಸಮನ್ವಯಕಾರರು

ಸಂಕಲನ: ಶ್ರೀಮತಿ ಮೇರಿಲ್ಯಿನ್ ವಾಷಿಂಗ್‌ಟನ್ ಎಂ.ಎಸ್ಸಿ, ಎಂ.ಫಿಲ್.

ಪರಿಣಿತರು

- **ಮಿ. ಆಲ್ಬರ್ಟ್ ಸೆಲ್ವನಾಯಗಂ,** (ನಿವೃತ್ತ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು, ಪ್ರಾಣಿಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗ, ಸೇಂಟ್ ಜೋಸೆಫ್ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ಆರ್ಟ್ಸ್ ಅಂಡ್ ಸೈನ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು)
- **ಶ್ರೀಮತಿ. ರೋಸಲಿನ್ ಸೆಲ್ವನಾಯಗಂ** (ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕರು, ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿ - 'ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ: ವಿವಾಹ ಸಿದ್ಧತಾ ತರಬೇತಿ', ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ವೆಲ್‌ಫೇರ್ ಸೆಂಟರ್, ಬೆಂಗಳೂರು)
- **ರೆ.ಫಾ: ಮ್ಯಾಥ್ಯೂ ಪೆರಾಂಬಿಲ್** (ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಸ್ನೇಹದಾನ, ಕಾರ್ಮೆಲಾರಮ್, ಬೆಂಗಳೂರು)
- **ಡಾ: ಕುಮಾರಿ ಕೆ. ಲಲಿತ** (ಎಂ.ಎಸ್‌ಸಿ. ಮೆಂಟಲ್ ಹೆಲ್ತ್ ನರ್ಸಿಂಗ್, ಪಿಎಚ್. ಡಿ. ನರ್ಸಿಂಗ್) ಸಹ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು, NIMHANS, ಬೆಂಗಳೂರು.
- **ಶ್ರೀಮತಿ ಎಚ್. ಲಲಿತ,** (ಎಂ.ಎಸ್‌ಸಿ, ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ನರ್ಸಿಂಗ್), ನಿವೃತ್ತ ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲ್, ಸರಕಾರಿ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜು, ಬೆಂಗಳೂರು; ಅರೆಕಾಲಿಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು , ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ನರ್ಸಿಂಗ್, SJNAHS, ಬೆಂಗಳೂರು
- **ಶ್ರೀಮತಿ ಎಡ್ವಿನಾ ಪೆರಿರಾ,** (ಎಂ.ಎಸ್‌ಸಿ. ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ನರ್ಸಿಂಗ್), ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸಂಯೋಜಕರು, INSA, ಬೆಂಗಳೂರು
- **ಡಾ: ಸಂಜೀವ್ ಲೆವಿನ್** (ಎಂ.ಡಿ. ಪಿಡಿಯಾಟ್ರಿಕ್ಸ್) ಸಹ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು ಮತ್ತು ಘಟಕ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು, ಶಿಶು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗ, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆ, SJNAHS, ಬೆಂಗಳೂರು
- **ಡಾ: ರೆನಾಲ್ಡ್ ವಾಷಿಂಗ್‌ಟನ್** (ಎಂ.ಡಿ. ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ, ಡಿಎನ್‌ಬಿ) ಸಹ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು, (ಐಪಿಎಚ್‌ಸಿಆರ್) ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಭಾಗ, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜು (ಎಸ್‌ಜೆಎಂಸಿ); ಮತ್ತು ಮೆನಿಟೊಬ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಕೆನಡ; ಹಾಗೂ ಯೋಜನಾ ಸಂಯೋಜಕರು, ಐಚಾಪ್
- **ಶ್ರೀಮತಿ ಮೆಡೊನ ಬ್ರಿಟ್ಟೊ** (ಎಂ.ಎಸ್‌ಸಿ., ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾ ನರ್ಸಿಂಗ್) ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲರು, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜು, SJNAHS, ಬೆಂಗಳೂರು

ಚಿತ್ರಕಲಾವಿದರು:

ಡಾ. ಕರ್‌ಪಗಮ್ ಸೆಲ್ವರಾಜ್ (ಎಂ.ಡಿ. ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ)

ಅನುವಾದಕರು:

- **ಮಿ. ಎಂ.ಅಬ್ದುಲ್ ರೆಹಮಾನ್ ಪಾಷ** (ಡಿಪ್ಲೋಮಾ ಇನ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಲೇಷನ್, ಚಲನಚಿತ್ರ ನಿರ್ದೇಶಕರು)
- **ಶ್ರೀಮತಿ ನೈಸಿಲ್ ಡಿ'ಸೋಜಾ** (ಬಿ.ಎಸ್‌ಸಿ., ನರ್ಸಿಂಗ್)

ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ರಚನೆ

ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ 12 ಅಧ್ಯಾಯಗಳು ಇವೆ:

ಅಧ್ಯಾಯ 1	:	ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಮತ್ತು ಎಸ್‌ಟಿಐ ಹರಡಿಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣ
ಅಧ್ಯಾಯ 2	:	ಆರ್‌ಟಿಐ/ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ-ಗಳ ಪರಿಣಾಮ
ಅಧ್ಯಾಯ 3	:	ಎಚ್ಐವಿ ಮತ್ತು ಏಡ್ಸ್ - ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲು
ಅಧ್ಯಾಯ 4	:	ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್ಐವಿ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ
ಅಧ್ಯಾಯ 5	:	ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು - ಎಸ್‌ಟಿಐ /ಎಚ್ಐವಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವಾಗ
ಅಧ್ಯಾಯ 6	:	ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
ಅಧ್ಯಾಯ 7	;	ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಮನೋಭಾವಗಳು
ಅಧ್ಯಾಯ 8	:	ವ್ಯಕ್ತಿ-ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂವಹನ ಮತ್ತು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನಾ ಸೇವೆಗಳು - ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್ಐವಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ
ಅಧ್ಯಾಯ 9	:	ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲ
ಅಧ್ಯಾಯ 10	:	ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಪೀಡಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸಿನ ಪಾತ್ರ.
ಅಧ್ಯಾಯ 11	:	ರೆಫರಲ್, ಕಾರ್ಯಜಾಲ ಮತ್ತು ಸೇವೆಗಳು
ಅಧ್ಯಾಯ 12	:	ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ನೀತಿ ವಿಚಾರಗಳು

ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ಉದ್ದೇಶ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ನರ್ಸುಗಳು ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್ಐವಿ ಮತ್ತು ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಚರ್ಚೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿ ಅಗತ್ಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಲು ಸಮರ್ಥರಾದ ಸಂಚಾಲಕರನ್ನಾಗಿ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಲು ಈ ಕ್ರಮವನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ಮೂಲಕ ನೀಡಲಾದ ತರಬೇತಿಯಿಂದಾಗಿ ನರ್ಸುಗಳು ಈ ರೋಗಗಳ ಕುರಿತು ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ; ಅವುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ; ಈ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸಕ್ರಿಯ ಪಾತ್ರವೇನು ಎಂದು ಅರಿತಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಪೀಡಿತರಿಗಾಗಿ ಇರುವ ಸೇವೆಗಳು ಯಾವುವು ಮತ್ತು ಅವು ಎಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯದ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅವರುಗಳು ಮಾಹಿತಿಯ ಭಂಡಾರವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ, ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ವೇಳಾ ಯೋಜನೆ

ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮವನ್ನು ಮೂರು ದಿನದ ತರಬೇತಿಗಾಗಿ ರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕೌಶಲವನ್ನು ಸುಧಾರಣೆ ಮಾಡುವ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮವಾದ್ದರಿಂದ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ನಿರಂತರ ಮೂರೂ ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ವಿಧಾನಗಳ ಕುರಿತು ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಚಾರ ಕುರಿತು ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಬೋಧನಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನ ಕೆಲವು ಸಹಭಾಗಿ ತಂತ್ರಗಳೂ ಒಳಗೊಂಡಿವೆ:

ಮುಕ್ತ ಮಂಥನ	**ಪ್ರಕರಣ ಅಧ್ಯಯನ**	**ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಿಕೆ**
ಚಿಕ್ಕ ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪು ಚರ್ಚೆಗಳು	**ಕಿರು ಉಪನ್ಯಾಸ**	**ಪಾತ್ರಾಭಿನಯ**
ಜೋಡಿ ಚರ್ಚೆ		

ಕೆಲವು ಬೋಧನಾ ಸಾಧನಗಳು

ವಿಷಯ ಮಂಡನೆ ಮಾಡುವಾಗ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಬೋಧನಾ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ:

ಬ್ರೋಷರುಗಳು	ಬರೆಯುವ ಹಲಗೆ,	ತಾಳೆ ಪಟ್ಟಿಗಳು
ಫ್ಲಿಪ್ ಚಾರ್ಟ್	ಚಲನ ಚಿತ್ರ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ	ಗ್ರಾಫುಗಳು/ಚಿತ್ರಗಳು
ಆಟಗಳು	ಕರಪತ್ರಗಳು	ಭಾಗಿಗಳ ಕೈಪಿಡಿ
ಫೋಟೋಗಳು ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಗಳು	ಓವರ್‌ಹೆಡ್ /ಎಲ್‌ಸಿಡಿ ಪ್ರೊಜೆಕ್ಟರು	ಮಾದರಿಗಳು

ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮಗ್ರಿ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತೋರಿಸಿರುವ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ

- **ಪೀಠಿಕೆ**
- **ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯೋದ್ದೇಶಗಳು:** ತರಬೇತಿಯ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಕಲಿತಿರುವಿರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿರಲಾಗುತ್ತದೆ
- **ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು:** ತರಬೇತಿಯ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಏನನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.
- **ಪೂರಕ ಸಾಮಾಗ್ರಿ:** ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಕಲಿಕೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀಡಲು ಪೂರಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ

ಒಳಾಂಶಗಳ ಪಟ್ಟಿ

1

ಎಸ್‌ಟಿಐ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ ಏಡ್ಸ್‌ಗಳ ವ್ಯಾಪನೆಯ ಪ್ರಮಾಣ

ಪೀಠಿಕೆ

ಇವತ್ತು ನಮ್ಮೆದುರು ಇರುವ ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲು ಎಂದರೆ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹರಡಿರುವ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಪಿಡುಗನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಲೀ ಲಸಿಕೆಯಾಗಲೀ ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಇದು ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರದವರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಸವಾಲಾಗಿದೆ. ಆದರೂ, ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇವುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯೋದ್ದೇಶಗಳು

- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇಂಡಿಯಾ ಮತ್ತು ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಹರಡಿರುವ ವಿವರ
- ಎಸ್‌ಟಿಐ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಆತಂಕಕಾರಿ ವೇಗದಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತಿದೆ
- ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಇರುವಿಕೆಯ ದರವು ಶೇ. 1 ರಿಂದ 2 ರವರೆಗೆ ಇದೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಎಸ್‌ಟಿಐಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಉಗಮ ಮತ್ತು ಇತಿಹಾಸ

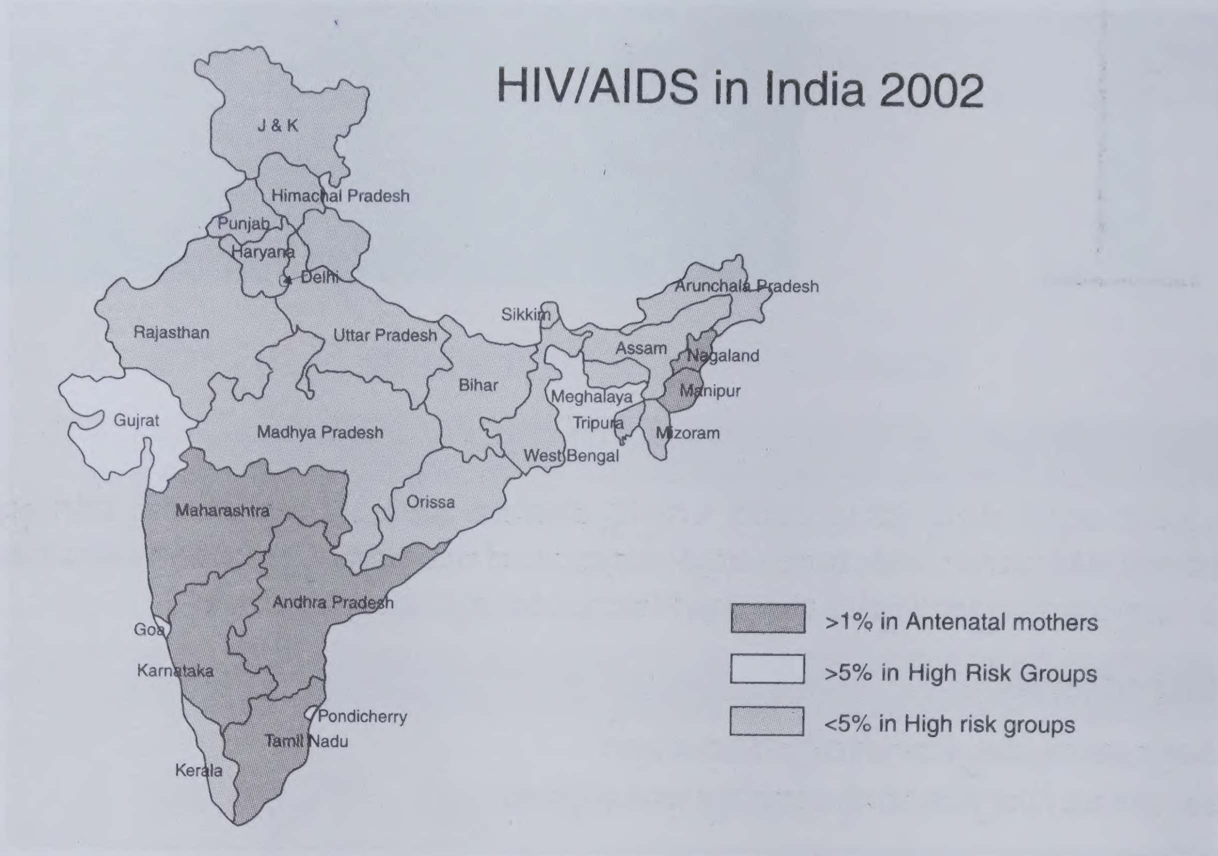
- ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ವೈರಾಣುವನ್ನು 1983-1984ರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾಯಿತು. ಪ್ಯಾಶ್ಚರ್ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್‌ನ ಡಾ:ಲ್ಯುಕ್ ಮೊಂತನೀರ್ ನೇತೃತ್ವದ ಫ್ರೆಂಚ್ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ತಂಡ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಷನಲ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್‌ನ ಡಾ:ರಾಬರ್ಟ್ ಸಿ. ಗ್ಯಾಲೊ ಅವರ ನೇತೃತ್ವದ ಅಮೇರಿಕನ್ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ತಂಡಗಳು ಈ ವೈರಾಣುವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದರು
- ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಪ್ರಕರಣ ಕಂಡುಬಂದದ್ದು 1986ರಲ್ಲಿ, ತಮಿಳುನಾಡುವಿನ ಚೆನ್ನೈನ ಒಬ್ಬ ಲೈಂಗಿಕ ವೃತ್ತಿನಿರತಳಲ್ಲಿ.
- ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣ ಸ್ಥಿತಿಯ ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದು ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ, 1987ರಲ್ಲಿ. ಆತ ಉತ್ತರ ಅಮೇರಿಕಾದಲ್ಲಿ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಒಯ್ಯುವ ನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ ಕರೋನರಿ ಅರ್‌ಟರಿಯ ಬೈಪಾಸ್ ಗ್ರಾಫ್ಟ್ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೊರಗಿನ ರಕ್ತವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದ
- ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಎಚ್‌ಐವಿ ಪ್ರಕರಣವು ಬೆಳಗಾವಿಯಲ್ಲಿ, 1987ರಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆಯಾಯಿತು

ಎಚ್‌ಐವಿ /ಏಡ್ಸ್‌ನ ಹರಡಿಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣ

ಜಾಗತಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ

- ಜಾಗತಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವರದಿಯು (2004) 36ರಿಂದ 44 ದಶಲಕ್ಷ ಜನ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅಂದಾಜಿಸಿದೆ
- 2004ರ ವರ್ಷವೊಂದರಲ್ಲೇ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನಿಂದ 3 ದಶಲಕ್ಷ ಜನ ಮರಣ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ
- 2004ರಲ್ಲಿ 5 ಮಿಲಿಯನ್ ಹೊಸ ಸೋಂಕುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದರ ಪ್ರಕಾರ ಪ್ರತಿ ದಿನ 14,000 ಹೊಸ ಸೋಂಕುಗಳು ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ
- ಶೇ. 95ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಜನ ಹೊಸ ಸೋಂಕಿಗೆ ತುತ್ತಾದವರಲ್ಲಿ ಹಿಂದುಳಿದ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವ ದೇಶಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದವರಾಗಿದ್ದಾರೆ
- ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿರುವ, 15-49 ವರ್ಷ ವಯೋಮಾನದಲ್ಲಿರುವ ಜನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ದಿನವು 12,000 ಹೊಸ ಸೋಂಕುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ
- ಇವರಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ.50ರಷ್ಟು ಜನ ಮಹಿಳೆಯರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಶೇ.50ರಷ್ಟು ಜನ 15-24 ವರ್ಷ ವಯೋಮಾನದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ



ಚಿತ್ರ 1.1: ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಏಡ್ಸ್‌ನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ

ಎಚ್‌ಐವಿ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಕ್ರಮದ ಪ್ರಕಾರ ದೇಶಗಳ ವಿಂಗಡಣೆ	
ಗುಂಪು 1 **ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿರುವ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ:** ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮುಂಚಿನ ಆರೈಕೆಗೆ ಬಂದವರಲ್ಲಿ, ಎಚ್‌ಐವಿ ಶೇ.1ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು	ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ, ತಮಿಳುನಾಡು, ಕರ್ನಾಟಕ, ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ, ಮಣಿಪುರ ಮತ್ತು ನಾಗಾಲ್ಯಾಂಡ್
ಗುಂಪು 2 **ದಟ್ಟವಾಗಿರುವ ಸಾಧಾರಣ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ:** ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಂಭವನೀಯ ಗುಂಪಿನವರಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಶೇ.5ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು; ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮುನ್ನ ಆರೈಕೆಗೆ ಬಂದವರಲ್ಲಿ ಶೇ.1ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ	ಗುಜರಾತ, ಗೋವಾ, ಪಾಂಡಿಚೇರಿ
ಗುಂಪು 3 **ಕಡಿಮೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ:** ಅಧಿಕ ಅಪಾಯ ಸಂಭವನೀಯ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.5ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ; ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮುನ್ನ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಬಂದವರಲ್ಲಿ ಶೇ.1ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ	ಉಳಿದ ಎಲ್ಲ ರಾಜ್ಯಗಳು

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಇತರ ಮಹತ್ವದ ಸಂಗತಿಗಳು ಎಂದರೆ:

- ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಈಗಲೂ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವೇ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಈಶಾನ್ಯ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಲ್ಲಿ ಸೆರೊ-ಪಾಸಿಟಿವಿಟಿ ದರವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.
- ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು (ಶೇ.79) ಪುರುಷರು.
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಯು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಗ್ರಾಮಾಂತರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತಿದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ



ಚಿತ್ರ 1.2: ಜಿಲ್ಲಾ ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳಲ್ಲಿನ ಕಾವಲು ನಿಗಾವಣೆ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದ ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರುವಿಕೆ ಪ್ರಮಾಣ- ಕರ್ನಾಟಕ 2004

ಜಿಲ್ಲಾ ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳಲ್ಲಿನ ಕಾವಲು ನಿಗಾವಣೆ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದ ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರುವಿಕೆ ಪ್ರಮಾಣ, ಕರ್ನಾಟಕ, 2004
ಶೇ.1ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ, ಎರಡೂ ಸೈಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ಹಾವೇರಿ ಮತ್ತು ಶಿವಮೊಗ್ಗ
ಶೇ.1ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು, ಒಂದು ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು, ಕೊಡಗು, ಕೋಲಾರ, ಬೀದರ್ ಮತ್ತು ಬೆಂಗಳೂರು
ಶೇ.1ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅಥವಾ ಎರಡು ಸೈಟ್‌ಗಳ ಸರಾಸರಿ ಬಾಗಲಕೋಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು (ಗ್ರಾ), ಬಳ್ಳಾರಿ, ಬಿಜಾಪುರ, ಬೆಳಗಾವಿ, ಧಾರವಾಡ, ಗುಲ್ಬರ್ಗ, ಕೊಪ್ಪಳ, ಮಂಡ್ಯ, ಮೈಸೂರು, ರಾಯಚೂರು, ತುಮಕೂರು, ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ, ಉಡುಪಿ, ಗದಗ, ದಾವಣಗೆರೆ, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ, ಹಾಸನ ಮತ್ತು ಚಾಮರಾಜನಗರ,

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಹರಡಿಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣ

ಜಾಗತಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ

- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ ಎಚ್‌ಐವಿಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುವ ಅಪಾಯವಿರುವ ಜನರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ
- ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮತ್ತು ಹೊಸತಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಶಿಶುಗಳು ಈ ರೋಗಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ
- ಎರಡನೇ ಮೂರರಷ್ಟು ಬಂಜೆತನದ ಪ್ರಕರಣಗಳಿಗೆ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು ಕಾರಣ ಆಗಿವೆ

ಭಾರತದಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ

- ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ 40 ದಶಲಕ್ಷ ಹೊಸ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಪ್ರಕರಣಗಳು ವರದಿಯಾಗುತ್ತಿವೆ
- ಶೇ.1ರಿಂದ 5ರಷ್ಟು ತಾಯಂದಿರ ಮರಣಗಳಿಗೆ, ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳಿಂದಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವ ಅಪಸ್ಥಾನೀಯ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ
- ಶೇ. 35ರಷ್ಟು ಹೆರಿಗೆ ನಂತರದ ಅನಾರೋಗ್ಯಗಳಿಗೆ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು ಕಾರಣವಾಗಿವೆ
- ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶೇ.50 ರಿಂದ 60ರಷ್ಟು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕುಗಳು ಇವೆ
- ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಶೇ.8 ರಿಂದ 23ರಷ್ಟು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ವಿಡಿಆರ್‌ಎಲ್ ಇದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ

2

ಆರ್‌ಟಿಐ/ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ ಎಸ್‌ಟಿಡಿ-ಗಳ ಪರಿಣಾಮ

ಪೀಠಿಕೆ

ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ಲೈಂಗಿಕ ಸೋಂಕುಗಳು ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಆತ/ಆಕೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಅಪಾಯವು ಎಂದಿಗಿಂತ ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ಕಂಡುಬರುವ ಪುರಾವೆಗಳು, ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ರೋಗಗಳು ಇರುವಂಥ ಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಹರಡಿಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣವೂ ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ತೋರಿಸಿವೆ. ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಹರಡಿಕೆ ಇವತ್ತು ನಮ್ಮ ದೇಶ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಅತಿ ಕಠಿಣ ಸವಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಆರ್‌ಟಿಐ/ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಕುರಿತು ಚರ್ಚೆ ಇಲ್ಲಿ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯೋದ್ದೇಶಗಳು

- ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಗಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ
- ರೋಗಲಕ್ಷಣ ಕಂಡುಬರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ರೋಗ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳ ಆರೈಕೆಯ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳ ಲಕ್ಷಣಕೂಟ ಪ್ರಕರಣ ನಿರ್ವಹಣೆ (ಸಿಂಡ್ರೊಮಿಕ್ ಕೇಸ್ ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್)ಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಯಾವುದೇ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳನ್ನಾಗಲೀ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೇಗ, ಸರಿಯಾದ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಕೂಡ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಮ್ಮತಿ ನೀಡಬೇಕು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳನ್ನು ಮೂತ್ರನಾಳ ಅಥವಾ ಯೋನಿಯ ವಿಸರ್ಜಕಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಜನನಾಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣುಗಳ ಇರುವಿಕೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸ ಬಹುದು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಗಳ ಇರುವಿಕೆಯು ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯವನ್ನು ಅಧಿಕಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳ ಕುರಿತು ಏಕೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧ

- ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದಲೇ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಉಳಿದವರಿಗಿಂತ 5-9 ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರುವ ಅನೇಕ ಜನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮಗೆ ಈ ಹಿಂದೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಸೋಂಕುಗಳು ಮತ್ತು ರೋಗಗಳು ಇದ್ದವು ಎಂದು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರುವ ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಸೋಂಕು/ರೋಗಗಳೂ ಇರಬಹುದು.
- ಎಸ್‌ಟಿಐ ಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಎಸ್‌ಟಿಐ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲು ಇರುವ ಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಸೋಂಕುಗಳು/ ರೋಗಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣವೂ ಸೇರಿರುತ್ತದೆ.
- ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಬರುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸೋಂಕು/ರೋಗಗಳು ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತವೆ

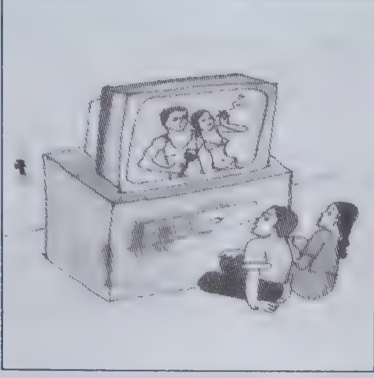
ಹೀಗಾಗಿ, ಈ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಅರಿವು ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳಿಗಾಗಿ ಪೂರಕವಾಗಿದೆ:

1. **ಎಸ್‌ಟಿಐಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡದಿದ್ದರೆ ಎಸ್‌ಟಿಐ ಹರಡುವಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ**
   - ಲೈಂಗಿಕ ಸೋಂಕುಗಳು ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಅಗಾಧತೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೂ ಹಾಗೂ ಎಚ್‌ಐವಿ ಹರಡುವಿಕೆಗೂ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ
   - ತಾಯಿಗೆ ಇರುವ ಕೆಲವು ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು ಆಕೆಯ ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಹೆರಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ಮಗುವಿಗೂ ಹರಡಬಹುದು
   - ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡದೇ ಇದ್ದಲ್ಲಿ, ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು
     - ಸ್ತ್ರೀಯ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹರಡಿ ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಇನ್‌ಫ್ಲಮೇಟರಿ ಡಿಸೀಸಸ್ (ಪಿಐಡಿ)ಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಪಸ್ಥಾನದ ಬಸಿರುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು
     - ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡದೇ ಇದ್ದಲ್ಲಿ, ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು ಸ್ತ್ರೀ ಮತ್ತು ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಬಂಜೆತನ/ನಿಷ್ಫಲವಂತಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು
     - ಗರ್ಭಸ್ರಾವ, ಗರ್ಭಪಾತ ಅಥವಾ ಶಿಶುವಿನ ಮೃತಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು
     - ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹರಡಬಹುದು

2. ಎಸ್ ಟಿ ಐ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಗಮನ ನೀಡುವುದು

- ತಮಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುತ್ತಿರುವ ಒಂದು ರೋಗವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಸಲುವಾಗಿ ಜನ ತಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು
- ಎಸ್ ಟಿಡಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮಗಳು, ವರ್ತನೆಗಳು ಎಚ್ ಐವಿಯನ್ನೂ ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತವೆ
- ಎಸ್ ಟಿಐಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ, ಎಚ್ ಐವಿ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು
- ಎಸ್ ಟಿಐ/ಎಸ್ ಟಿಡಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬಂಜೆತನ/ನಿಷ್ಫಲವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು

FACTORS LIKELY TO PREDISPOSE TO HIGH RISK SEXUAL BEHAVIOUR AMONG YOUTH



ಕಾಮೋತ್ತೇಜಕ ಚಲನ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವುದು





ಗೆಳೆಯ-ಗೆಳತಿಯರ ಒತ್ತಡ





ತಂದೆ ತಾಯಿಯರಿಗೆ ಸಮಯವಿಲ್ಲ/ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಹಣವಿದೆ.....

ಆರ್ ಟಿಐ /ಎಸ್ ಟಿಐ/ಎಸ್ ಟಿಡಿ ಕುರಿತು ಮೂಲಭೂತ ತಿಳುವಳಿಕೆ

1. **ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕುಗಳು**
ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕು (ಆರ್ ಟಿಐ) ಎಂದರೆ ಜನನಾಂಗಗಳ ಸೋಂಕು ಎಂದರ್ಥ. ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಯೋನಿ ಮುಖ, ಯೋನಿ, ಗರ್ಭಕೋಶನಾಳ, ಗರ್ಭಕೋಶ, ನಾಳಗಳು, ಅಂಡಾಶಯಗಳನ್ನು ಬಾಧಿಸಬಹುದು. ಲೈಂಗಿಕತೆಯಿಂದ, ಅಥವಾ ಕಾಪರ್-ಟಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅಳವಡಿಸದೆ ಇರುವ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿರುವುದು, ಸರಿಯಾಗಿ ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡದೆ ಇರುವುದು ಆರ್ ಟಿಐ/ಎಸ್ ಟಿಐ ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಜನನಾಂಗದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ರೋಗಾಣುಗಳ ಅತಿಯಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಂದ ಆರ್ ಟಿಐ/ಎಸ್ ಟಿಐ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

2. **ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಹರಡುವ ಸೋಂಕುಗಳು (ಎಸ್ ಟಿಐ)/ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳು(ಎಸ್ ಟಿಡಿ)**
ಇವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳು. ಆದರೆ, ಇವುಗಳ ಹರಡಿಕೆ ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಇದೊಂದೇ ಮಾರ್ಗ ಎಂದೇನು ಇಲ್ಲ. ಇವುಗಳನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೆನೆರಿಯಲ್ ಡಿಸೀಸಸ್ (ವಿ.ಡಿ.) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಮೂತ್ರನಾಳದಲ್ಲಿ ಸ್ರಾವ ಮತ್ತು ಉರಿ, ಜನನಾಂಗದ ಬಳಿ ಹುಣ್ಣುಗಳು, ಅಥವಾ ವೃಷಣದ ಊತ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗಂಡ ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಯಾಗಿರುವ ಸ್ತ್ರೀಯಲ್ಲಿ ಆರ್ ಟಿಐ ಅಥವಾ ಎಸ್ ಟಿಐ ಇರಬಹುದೆಂದು ಸಂಶಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕರಪತ್ರ 2.1: ಆರ್ ಟಿಐ/ಎಸ್ ಟಿಐ/ಎಸ್ ಟಿಡಿಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳು:

ಪುರುಷರು	ಸ್ತ್ರೀಯರು
• ಶಿಶ್ನದ ಬಳಿ ಹುಣ್ಣುಗಳು, ಹಸಿಗಾಯಗಳು, ಗಂಟುಗಳು • ಭಾಯಿ ಸಂಭೋಗ ಅಥವಾ ಗುದ ಸಂಭೋಗದ ಅಭ್ಯಾಸವಿರುವವರಿಗೆ ಬಾಯಿ ಅಥವಾ ಗುದದ ಬಳಿ ಹುಣ್ಣುಗಳು • ಮೂತ್ರನಾಳದಿಂದ ಸುರಿತ • ಮೂತ್ರ ದಲ್ಲಿ ಉರಿ • ತೊಡೆಸಂದಿಯಲ್ಲಿ ಊತ • ವೃಷಣಕೋಶದಲ್ಲಿ ಊತ	• ಯೋನಿಯ ಬಳಿ ಹುಣ್ಣುಗಳು, ಹಸಿಗಾಯಗಳು, ಗಂಟುಗಳು • ಭಾಯಿ ಸಂಭೋಗ ಅಥವಾ ಗುದ ಸಂಭೋಗದ ಅಭ್ಯಾಸವಿರುವವರಿಗೆ ಬಾಯಿ ಅಥವಾ ಗುದದ ಬಳಿ ಹುಣ್ಣುಗಳು • ಯೋನಿಯಿಂದ ಸುರಿತ ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಗರ್ಭಕಂಠ (ಸರ್ವಿಕಲ್) ಸುರಿತ • ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಉರಿ ಇರಬಹುದು • ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ನೋವು

ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು

ಕರಪತ್ರ 2.2: ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು

ಮುಖ್ಯ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು	ಇತರ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು
ಗೊನೊರಿಯಾ, ಕ್ಲೆಮಿಡಿಯಾ, ಟ್ರೈಕೋಮೊನಿಯಾಸಿಸ್ ಸಿಫಿಲಿಸ್, ಶ್ಯಾನ್‌ಕ್ರಾಡ್, ಹರ್‌ಪಸ್ ಜೆನಿಟಲಿಸ್ ಡೊನೊವ್ಯನೋಸಿಸ್ (ಗ್ರ್ಯಾನುಲೋಮ ಇಂಜುನೇಲ್) ಲಿಂಫೋಗ್ರ್ಯಾನುಲೋಮ ವೆನೆರಿಯಮ್	ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್, ಕೊಂಡಿಲೋಮ ಅಸಿಮಿನೇಟ್ (ಗಡ್ಡೆಗಳು) ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಬಿ, ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಸಿ, ಪ್ಯೂಬಿಕ್ ಲೋಸ್, ಮಾಲುಸ್ಕಮ್, ಕಂಟೆಜಿಯೋಸಮ್, ಮೈಕೊಪ್ಲಾಸ್ಮ ಸೋಂಕುಗಳು, ಸ್ಕೇಬಿಸ್

ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು ಯಾರಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ?

- ಹೆಚ್ಚು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ
- ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಂಭವನೀಯ ವರ್ತನೆಯುಳ್ಳ ಸಂಗಾತಿಗಳಿಗೆ
- ಲೈಂಗಿಕ ಸೋಂಕುಗಳು ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು

ನೆನಪಿರಲಿ: ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು. ಇದಕ್ಕಿರುವ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳೆಂದರೆ:

- ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಅಂಗಗಳು ದೇಹದ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮರೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ, ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಬಹಳ ತಡವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ, ಅವರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಎಂದು ಹೋದರೂ ಬಹಳ ತಡವಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ
- ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಶೇ.50ರಷ್ಟು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು ಲಕ್ಷಣರಹಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ
- ಬಿಳಿ ಸ್ರಾವ ಸಹಜವೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ; ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಬಗೆಯ ಬಿಳಿ ಸ್ರಾವಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿರಬಹುದು ಎಂಬುದು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ
- ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಹುತೇಕ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಕೋಣೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಸೌಕರ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಇತರ ಅಡೆತಡೆಗಳು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅಡ್ಡಿಯಾಗಬಹುದು



ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬರಬಹುದು

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದಾದ ಅನುಮಾನವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ನಿರ್ಧಾರಣೆ

1. ಇತಿಹಾಸ ಸಂಗ್ರಹಣೆ

ಕರಪತ್ರ 2.3. ಯೋನಿಸ್ರಾವದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೇಳಬೇಕಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ಒಬ್ಬ ಸ್ತ್ರೀ ಯೋನಿಸ್ರಾವದ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ:

- ಸ್ರಾವ ಯಾವಾಗ ಆರಂಭವಾಯಿತು?
- ನಿಮ್ಮ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಜನನಾಂಗದ ಮೇಲೆ ಏನಾದರೂ ಹುಣ್ಣು ಅಥವಾ ಮೂತ್ರನಾಳದಿಂದ ಸ್ರಾವ ಬರುವುದು ಏನಾದರೂ ಇದೆಯೇ?
- ಯೋನಿ ಸ್ರಾವ ಹೇಗಿದೆ? ಅದು
- ನೀರಾಗಿದೆಯೇ / ಅಂಟುಅಂಟಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಚ್ಚಳವಾಗಿದೆಯೇ / ಕೀವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದೆಯೇ / ಮೊಸರಿನಂತೆ ಇದೆಯೇ / ಹಳದಿಯಿದೆಯೇ / ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಮತ್ತು ಬುರುಗಾಗಿದೆಯೇ / ರಕ್ತದ ಕಲೆಗಳು ಅಥವಾ /ದುರ್ವಾಸನೆ ಇದೆಯೇ / ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೂಸುತ್ತದೆಯೇ ಅಥವಾ ಬಹಳವಾಗಿ ಸ್ರವಿಸುತ್ತದೆಯೇ
- ಆಕೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದಾಳೆಯೇ ಅಥವಾ ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಹೆರಿಗೆ ಆಗಿದೆಯೇ?
- ಆಕೆ ಲೂಪ್ ಅಥವಾ ಐಯುಡಿಯನ್ನು ಧರಿಸಿದ್ದಾಳೆಯೇ?
- ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಉರಿಯಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಯೋನಿಮುಖದಲ್ಲಿ ತುರಿಕೆಯಿದೆಯೇ?
- ಕೆಳ ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೋವು ಇದೆಯೇ?
- ಜನನಾಂಗ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಹುಣ್ಣುಗಳು ಇವೆಯೇ?

ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಯೋನಿಸ್ರಾವಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

- ದೈಹಿಕ
- ಕೆಳಗಿನ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಆಗುವ ಸೋಂಕು
  - ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು
  - ಸಂತನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಅತಿಕ್ರಮಣ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ರಮಗಳು
  - ಹೆರಿಗೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಮಿವಿನಾಶ ಮಾಡದೇ ನಡೆಸಿದ ಕ್ರಮಗಳು
  - ಗರ್ಭನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಿದ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ವಿಧಾನಗಳು

ಯೋನಿಸ್ರಾವ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ತೊಂದರೆ: ಅದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದಾದರೂ ಕಾರಣದಿಂದ ಆಗಬಹುದು.

- **ದೈಹಿಕ** - ಅಂಡವಿಸರ್ಜನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಹೆರಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ. ಸ್ರಾವವು ಲೋಳೆಯಂತಹ / ರಕ್ತದ ಕಲೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ, ದುರ್ವಾಸನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ / ಯೋನಿಮುಖದಲ್ಲ ತುರಿಕೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ
- **ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಲ್ ಸೋಂಕು (ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣು)** - ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆರಿಗೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ಸ್ತ್ರೀಯಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳುತ್ತವೆ ಯೋನಿಯ ಲೋಳೆಯನ್ನು ಸುರಿಸುವ ಪೊರೆಯ ಮೇಲೆ ಮೊಸರಿನ ರೀತಿಯ ಬಿಳಿ ಕಲೆಗಳು/ಗಟ್ಟಿ ಮೊಸರಿನ ರೀತಿಯ ಸ್ರಾವ/ಯೋನಿಮುಖದಲ್ಲಿ ತುರಿಕೆ
- **ಟ್ರೈಕೊಮೋನಲ್ ವೆಜಿನಿಟಿಸ್ (ಪರೋಪಜೀವಿಯ ಆವರಿಕೆ)** - ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಕಲುಷಿತ ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಲಕ್ಷಣ ಹೀಗಿರುತ್ತದೆ ಹಸಿರು-ಹಳದಿಯಾದ ಬುರುಗು ದುರ್ವಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಸ್ರಾವ / ತುರಿಕೆ ಮತ್ತು ಜನನಾಂಗ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೆಂಪಾಗಿರುವುದು
- **ಗೊನೊರಿಯಾ** - ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಅದರ ಲಕ್ಷಣ ಹಿ ೀಗಿರುತ್ತದೆ ಗರ್ಭಕೋಶ ಕಂಠದಿಂದ ಕೀವುತುಂಬಿದ ಸ್ರಾವ / ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರದೇ ಹೋಗಬಹುದು / ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸದೇ ಇದ್ದರೆ ಅವು ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಬಂಜೆತನಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡಬಹುದು
- **ಹೆರಿಗೆಯಿಂದಾದ ಕೀವು** - ಹೆರಿಗೆ ಅಥವಾ ಗರ್ಭಪಾತದ ನಂತರ ಆಗುವ ಜನನಾಂಗ ವ್ಯೂಹದ ಸೋಂಕು. ಅದರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಹೀಗಿರುತ್ತವೆ ತೀವ್ರ ಜ್ವರ / ತಲೆನೋವು / ಕೆಳ ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆನೋವು / ಯೋನಿಯಿಂದ ಕೀವುತುಂಬಿದ, ದುರ್ವಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಸ್ರಾವ
- **ಐಯುಡಿ ಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ** - ಈ ಸ್ರಾವವು ಹೇರಳವಾಗಿರುತ್ತದೆ / ನೀರಿನಂತಿರುತ್ತದೆ / ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಾಕಿಸಿದ ನಂತರ ಆಗುವ ಮೊದಲ ಮುಟ್ಟಿನ ನಂತರ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ
- **ಗರ್ಭಕೋಶ ಕಂಠದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್** - ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ವಯಸ್ಸಾದ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ ಆರಂಭದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನೀರಿನಂತಹ ಸ್ರಾವವಿರುತ್ತದೆ / ಆ ನಂತರ ಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಕಲೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ; ದುರ್ವಾಸನೆಯಿರುತ್ತದೆ / ಅನಿಯತವಾದ ಯೋನಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳ ಆರೈಕೆಯ ಅಂಶಗಳು

1 **ಲಕ್ಷಣಕೂಟ ಆಧಾರಿತ ಪ್ರಕರಣ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಮೂಲಕ ಬೇಗನೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಒದಗಿಸುವುದು**
(ಸರಳ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾದ ಫ್ಲೋ ಚಾರ್ಟುಗಳು , ಈ ಅಧ್ಯಾಯದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿ.)

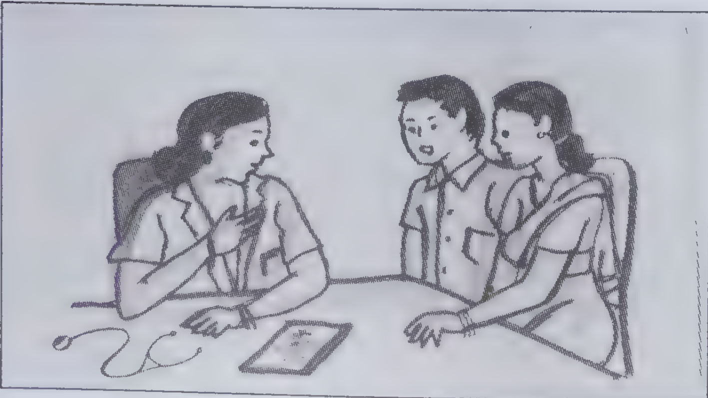
2 **ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅನುಸರಣೆ**

3 **ಫಾಲೋಅಪ್**

- ಇದರಿಂದಾಗಿ ರೋಗವು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ವಾಸಿಯಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಂದಾಜು ಮಾಡಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.ಚಿಕಿತ್ಸೆ ವಿಫಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು ಕ್ಲಿಷ್ಟರೂಪತಾಳಿದರೆ ಅವುಗಳ ನಿಗಾ ವಹಿಸಲೂ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ತಜ್ಞರು ಇರುವ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ಅವರನ್ನು ಕಳಿಸಿಕೊಡಬೇಕು

4 **ಸಂಗಾತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ**

- ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತೋರ್ಪಡಿಸದೇ ಇರುವ ಸಂಗಾತಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸೋಂಕು/ರೋಗ ಪತ್ತೆಯಾಗದೆ ಇದ್ದು, ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿರುವ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಸೋಂಕು ಹರಡಬಹುದು



ಸಂಗಾತಿಗಳಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಲು ಸೂಚಿಸಿ......

5 **ಕಾಂಡೋಮ್ ಉತ್ತೇಜನ**

- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಸ್‌ಟಿಐಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಕೂಡ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ದೂರವಿರದೆ ಇರಬಹುದು ಅಂಥ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಸಲು ತಿಳಿಹೇಳಿ (ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 4 ನೋಡಿ)

3 ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ - ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲು

ಪೀಠಿಕೆ

ಎಚ್ಐವಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸೆರೋಪರಿವರ್ತನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಆ ನಂತರ ಯಾವಾಗಲಾದರೂ, ಬಹುಷಃ ಏಡ್ಸ್‌ನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಅನಾರೋಗ್ಯ (ಅಥವಾ ಪ್ರಮುಖ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು) ಆಗುವ ವರೆಗೆ ತೋರ್ಪಡಿಸಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಚ್ಐವಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಏಡ್ಸ್ ಸೂಚಿಸುವ ಖಾಯಿಲೆ ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡದಾದ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು ಕಂಡುಬಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬ ನರ್ಸ್, ಎಚ್ಐವಿ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ವೈರಾಣುಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಹರಡುವ ಬಗ್ಗೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಖಾಯಿಲೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯೋದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ಗೋಷ್ಠಿಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಗಳು

- ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಎಂದರೇನು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಮಾರ್ಗಗಳ ಕುರಿತು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಷಯ ವಿವರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ
- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿಯಿಂದ ಏಡ್ಸ್ ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಆಗುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಎಚ್ಐವಿ 4 ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಎಚ್ಐವಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಅಥವಾ ಎಚ್ಐವಿ ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಶುಶ್ರೂಷೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ, ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಾಸಿಸುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಜೀವಿಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವ ಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.
- ಆ್ಯಂಟಿರೆಟ್ರೋವಿಯಲ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದರಿಂದ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಏಡ್ಸ್ ಆಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುವತ್ತ ಸಾಗುವ ವೇಗವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಎಚ್ಐವಿ ಮತ್ತು ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಮೂಲಭೂತ ತಿಳುವಳಿಕೆ

ಎಚ್ಐವಿ ಮತ್ತು ಏಡ್ಸ್ ಎಂದರೇನು

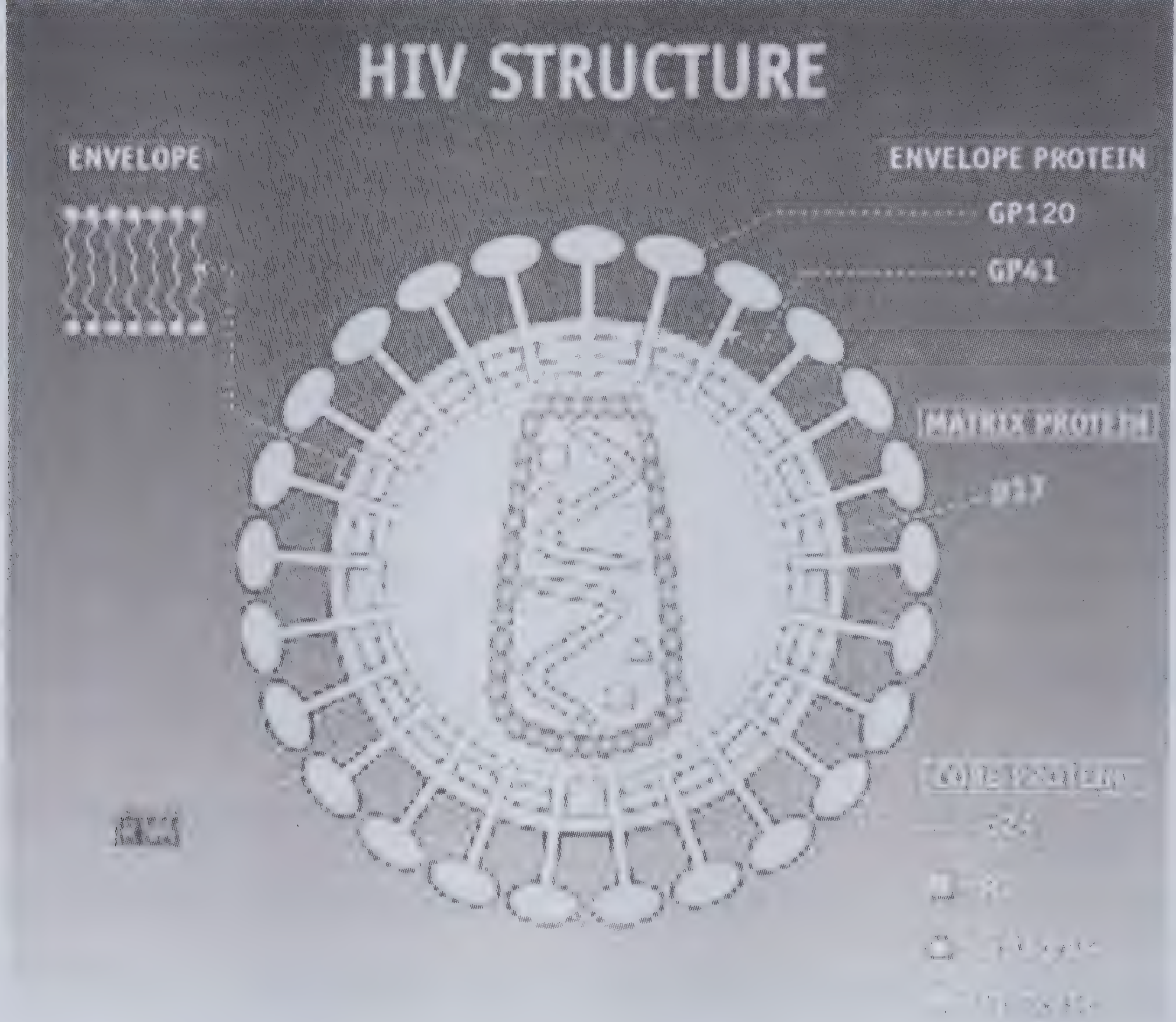
ಎಚ್ಐವಿ ಎಂದರೆ - **ಹ್ಯೂಮನ್ ಇಮ್ಯುನೊಡೆಫಿಶಿಯನ್ಸಿ ವೈರಸ್** ಎಂದರ್ಥ. ಅದನ್ನು ಹಾಗೇಕೆನ್ನುತ್ತಾರೆ?

ಹ್ಯೂಮನ್: ಎಂದರೆ ಮಾನವ: ಏಕೆಂದರೆ, ಎಚ್ಐವಿ ವೈರಾಣು ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ; ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲೆ ಬದುಕುತ್ತದೆ.

ಇಮ್ಯುನೊಡೆಫಿಶಿಯನ್ಸಿ : ಎಂದರೆ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ ಅವುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋಗಿದೆ ಎಂದರ್ಥ. ಹೀಗಾಗಿ, ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ತುತ್ತಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೋಂಕುಗಳು ಮತ್ತು ರೋಗಗಳು ಅಂಟಿಕೊಂಡುಬಿಡುತ್ತವೆ.

ವೈರಸ್ : ಅದೊಂದು ವೈರಾಣು. ಎಚ್ಐವಿ ಒಂದು ರೆಟ್ರೊವೈರಾಣು. ಆರ್‌ಎನ್‌ಎ-ಯನ್ನು ಡಿಎನ್‌ಎ-ಯನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಮಾಡುವ ರೀತಿಯ ವೈರಾಣುವೇ ರೆಟ್ರೊವೈರಾಣು.

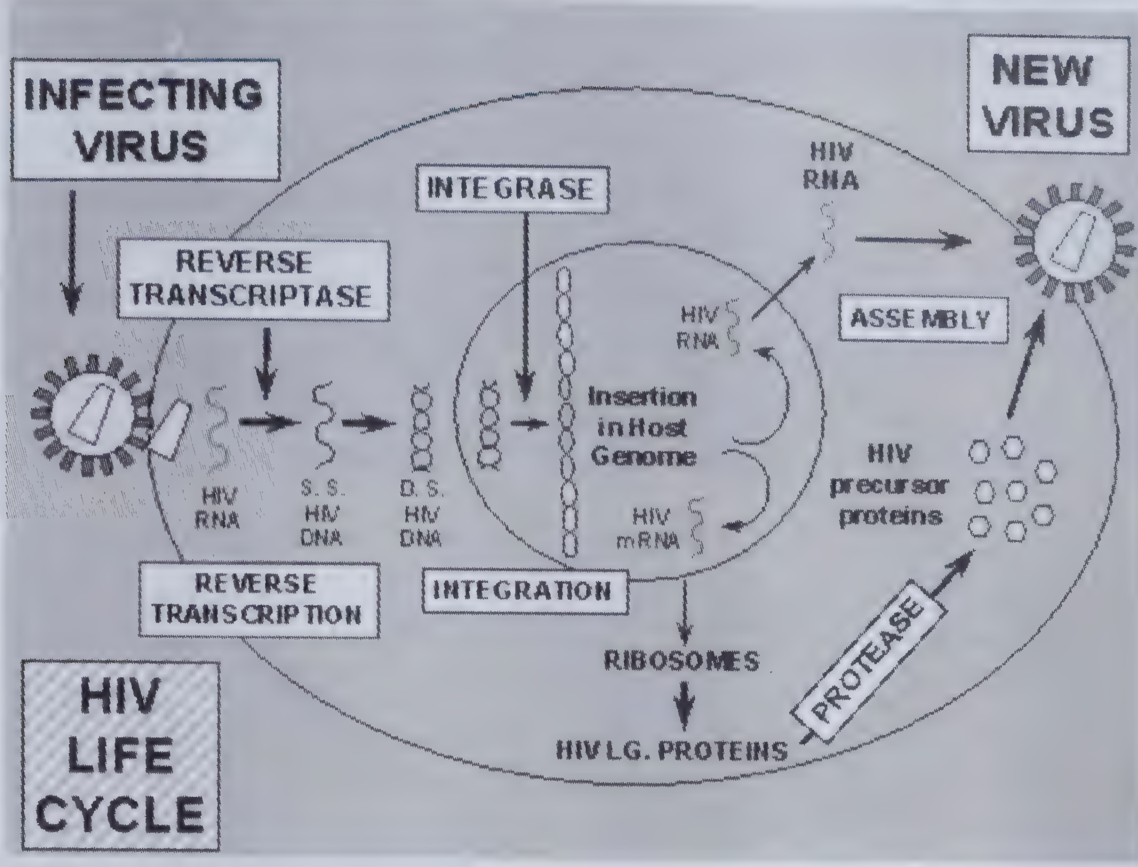
- ಏಕತಂತು ಆರ್ ಎನ್ ಎ ವೈರಾಣು
- ಆವರಿಸಿದ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಗೆ ಆಶ್ರಯದಾತ ಜೀವಕೋಶದ ಪೊರೆಯ ಮೇಲಿರುವ ಸಿಡಿ4 ಅಣುಗಳೊಂದಿಗೆ ಆಕರ್ಷಣೆ
- ಬಹಳ ವೇಗವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
- ಎಚ್ ಐವಿ ಉಷ್ಣತೆಯಿಂದ ಸಾಯುತ್ತದೆ
- ಎರಡು ಬಗೆಯ ವೈರಾಣುಗಳು ಇವೆ, ಬಗೆ 1 ಮತ್ತು ಬಗೆ 2
- ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ಬಗೆಯ ವೈರಾಣುಗಳು ಇವೆ; ಆದರಲ್ಲಿ ಬಗೆ 1 ವೈರಾಣುಗಳ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ವರದಿಯಾಗಿವೆ
- ಎಚ್ ಐವಿ -1, ಎಚ್ ಐವಿ -2ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಿಷಯುಕ್ತವಾದ ವೈರಾಣು.
- ಎಚ್ ಐವಿ -2 ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ , ನಿಧಾನವಾಗಿ ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಹರಡುವ ಸಂದರ್ಭ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ



ಚಿತ್ರ 3.1: ಹ್ಯೂಮನ್ ಇಮ್ಯುನೊಡೆಫಿಶಿಯನ್ಸಿ ವೈರಸ್‌ನ ರಚನೆ

ಜೀವಕೋಶದಲ್ಲಿ ಎಚ್ ಐವಿ ವೈರಾಣುವಿನ ವಿಭಜನೆ

- ಎಚ್ ಐವಿ ವೈರಾಣುವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಟಿ-ಸಹಾಯಕ (ಸಿಡಿ4) ಲಿಂಫೋಸೈಟ್ ಗಳನ್ನು ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸುತ್ತದೆ
- ವೈರಾಣುವು ಆಶ್ರಯದಾತ ಜೀವಕೋಶದ ಪೊರೆಯ ಮೇಲಿರುವ (ಸಿಡಿ4) ಟಿ-ಲಿಂಫೋಸೈಟ್ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ
- ನಂತರ, ರಿವರ್ಸ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಕ್ರಿಪ್ಟೇಸ್‌ನ್ನು ಈ ಆರ್‌ಎನ್‌ಎ ವೈರಾಣುವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಡಿಎನ್‌ಎ-ನ್ನು (ಜೋಡಿಯಾದ ಡಿಎನ್‌ಎ) ತಯಾರು ಮಾಡುತ್ತದೆ
- ಈ ವೈರಾಣು ಡಿಎನ್ ಎ ಎಂಬ ಕಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ (ಡಿಎನ್ ಎ ವೈರಾಣುಗಳು ಲಿಂಫೋಸೈಟ್ ಗಳನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ)
- ಪ್ರೊ ಆರ್ ಎನ್ ಎ ಪ್ರೋಟೀಸ್ ಎನ್ ಜೈಮ್ ನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಹೊಸ ವೈರಾಣುವನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗುವುದು



ಏಡ್ಸ್ ಎಂಬುದು ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನ ಅಕ್ವೈರ್ಡ್ ಇಮ್ಯುನ್ ಡೆಫಿಶಿಯನ್ಸಿ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪ. ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ಕರೆಯಲು ಕಾರಣ:

ಅಕ್ವೈರ್ಡ್: ಎಂದರೆ ರೋಗವು 'ಉಂಟಾಗಿಲ್ಲ', ಬದಲಿಗೆ 'ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ' ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥ

ಸಿಂಡ್ರೋಮ್: ಎಂದರೆ ಚಿಹ್ನೆ ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳ ಮೊತ್ತ. ಏಡ್ಸ್ ರೋಗವು ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಚಿಹ್ನೆ ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವ ಒಂದು ರೋಗ.

ಪರಿಪಾಕಾವಸ್ಥೆ ಅವಧಿ (ಇನ್‌ಕ್ಯೂಬೇಷನ್ ಪಿರಿಯಡ್)

- ಈ ಅವಧಿಯು ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಹಲವು ವರ್ಷಗಳ ವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಒಳಗೆ ಏಡ್ಸ್ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲಪುತ್ತಾನೆ.
  - ಪರಿಪಾಕಾವಸ್ಥೆಯ ಸರಾಸರಿ ಅವಧಿ - ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ 5 ರಿಂದ 8 ವರ್ಷ
  - ಪರಿಪಾಕಾವಸ್ಥೆಯ ಸರಾಸರಿ ಅವಧಿ - ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ 2 ರಿಂದ 5 ವರ್ಷ

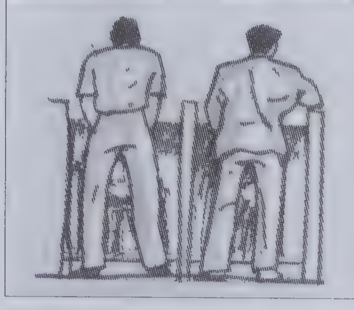
ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಮಾರ್ಗಗಳು

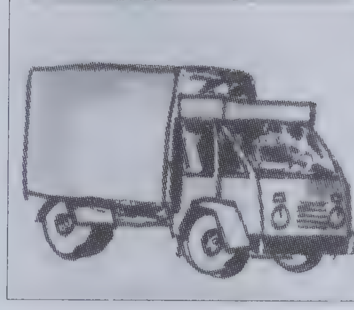
ಕರಪತ್ರ 3.1: ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಮಾರ್ಗಗಳು

ಮಾರ್ಗಗಳು
ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾರ್ಗ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಆಕೆಯ/ಆತನ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗೆ (ಗುದ, ಬಾಯಿ ಅಥವಾ ಯೋನಿ ಸಂಭೋಗದ ಮೂಲಕ) • ಪುರುಷರಿಂದ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ / ಸ್ತ್ರೀಯರಿಂದ ಪುರುಷರಿಗೆ / ಪುರುಷರಿಂದ ಪುರುಷರಿಗೆ / ಅಪರೂಪವಾಗಿ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಂದ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ
ಅಂತರಭಿಧಮನಿ (ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಮೂಲಕ) ಮಾರ್ಗ • ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಸೇವಿಸುವಾದ ಸೂಜಿ ಮತ್ತು ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಬಳಸುವುದು / ಸೋಂಕಿತ ದಾನಿಯಿಂದ ಬಂದ ರಕ್ತವನ್ನು ರೋಗಿಗೆ ಪೂರೈಸುವುದರಿಂದ ವೃತ್ತಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಸೋಂಕು
ವೃತ್ತಿ ಸಂಬಂಧಿ ಸಂಪರ್ಕ : ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವಾಗ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿಕ ಶಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ
ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಚರಣೆಗಳು • ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಚರಣೆ ಅಥವಾ ಸುನತಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಕ್ರಿಮಿವಿನಾಶ ಮಾಡಿರದ ಸೂಜಿ, ಕತ್ತಿ ಅಥವಾ ಬ್ಲೇಡುಗಳ ಮೂಲಕ ಆದ ಗಾಯಗಳ ಮೂಲಕ / ಶೇವಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ ಬ್ಲೇಡುಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಬಳಸುವುದು
ತಂದೆತಾಯಿಯರಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಹರಡಿಕೆ • ಸೋಂಕಿತ ತಾಯಿಯಿಂದ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ, ಹೆರಿಗೆ ಅಥವಾ ಎದೆ ಹಾಲುಣಿಸುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ

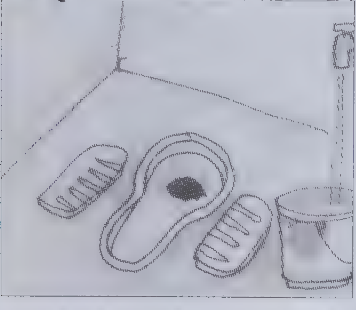
ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಹೇಗೆ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ.....


ಒಟ್ಟಿಗೆ ಆಡುವುದು


ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಶೌಚಾಲಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು


ಒಟ್ಟಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದು

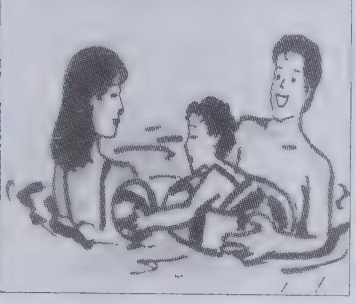

ಕೈ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು

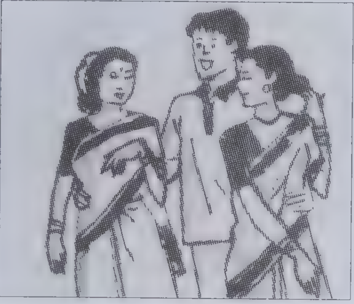

ಟಾಯ್ಲೆಟ್ ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಬಳಸುವುದು

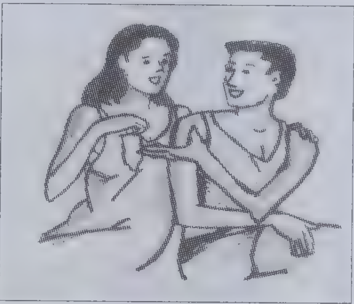

ಆಲಿಂಗನ ಮತ್ತು ಚುಂಬನ


ಕೆಮ್ಮುವುದು/ಸೀನುವುದು


ಸೊಳ್ಳೆ ಕಚ್ಚುವುದು


ಒಂದೇ ಕೊಳದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು

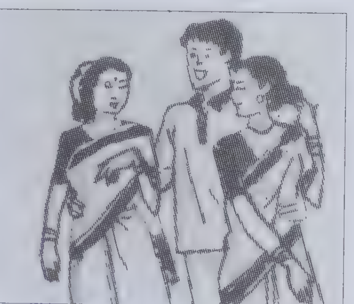

ಬೇರೆಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾತಾಡುವುದು

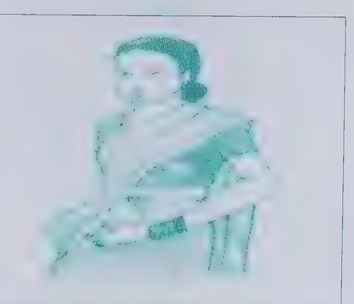

ಕಾಂಡೋಮ್ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು

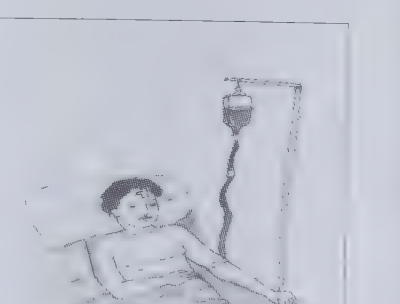

ಒಂದೇ ಲೋಟದಲ್ಲಿ ಕುಡಿಯುವುದು

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಹೀಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ


ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆ

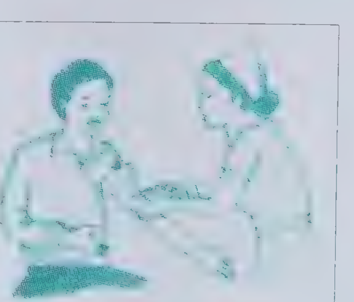

ಹಲವಾರು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗಳು


ಸೋಂಕಿತ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ


ಸೋಂಕಿತ ರಕ್ತ


ಬ್ಲೇಡುಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ


ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ


ವೃತ್ತಿ ಸಂಬಂಧಿ ಸಂಪರ್ಕ

CLINICAL SPECTRUM OF HIV/AIDS

ಎಚ್ಐವಿಯಿಂದ ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ

ಹಂತ 1 : ತೀವ್ರ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಸೋಂಕು (ಸೆರೊಕನ್‌ವರ್ಷನ್)

- ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರೋಗಲಕ್ಷಣ ರಹಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ
- ಪರಿಪಾಕಾವಧಿ (ಇಂಕ್ಯುಬೇಷನ್ ಪಿರಿಅಡ್) (2-6 ವಾರಗಳಿಂದ 36 ವಾರಗಳ ವರೆಗೆ)
- ಶೇ.50 ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ತೀವ್ರ ವೈರಾಣು ಲಕ್ಷಣಕೂಟ . ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಲಘುವಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗಬಹುದು, ಇದರಲ್ಲಿ ಜ್ವರ, ಗಂದೆ, ಕೀಲು ನೋವು, ಗಂಟಲು ನೋವು ಅಥವಾ ಭೇದಿ ಆಗಿರಬಹುದು
- ಸಾಮನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿ ಪ್ರತಿ ವಿಷಣುಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಆದ್ದರಿಂದ ಎಚ್ಐವಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವು ನೆಗೆಟಿವ್ ಆಗಿರುತ್ತದೆ
- ಈ ಸಮಯವನ್ನು ''ವಿಂಡೋ ಪಿರಿಯಡ್'' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಚ್ಐವಿಯ ಯಾವುದೇ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಅಥವಾ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಎಚ್ಐವಿ ವೈರಾಣುವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನ/ಅವಳ ಎಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವು ನೆಗೆಟಿವ್ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆತ/ಆಕೆ ಎಚ್ಐವಿ ವೈರಾಣುಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಂಭೋಗದ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಹರಡಬಹುದು

ಹಂತ 2 : ಆರಂಭದ ಲಕ್ಷಣರಹಿತ ರೋಗ (ಸಿಡಿ 4 ಗಣನೆ >500/ಘ.ಮಿ.ಮೀ)

- ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವು ''ಪಾಸಿಟಿವ್'' ಆಗಿರುತ್ತದೆ
- ಈ ಹಂತವು ಅತ್ಯಂತ ದೀರ್ಘಾವಧಿ (5-7 ವರ್ಷ) ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬರದೆ ಹೋದ ಕಾರಣದಿಂದ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ
- ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವೈರಾಣುವು ಹರಡುತ್ತದೆ
- ವೈರಾಣು ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಪ್ರತಿರಕ್ಷಾವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ನರಮಂಡಲಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು
  - ಸೆಬೊರಿಯೊಇಸ್ ಡರ್ಮಟಿಟಿಸ್ / ಪ್ರ್ಯುರಿಟಿಸ್ / ಜೀವಕೋಶಗಳ ಉರಿಯೂತ /ಹರ್ಪಿಸ್ ಸಾಸ್ಟರ್ ಸೋಂಕು / ನಿರಂತರ ದುಗ್ಧಗ್ರಂಥಿ ಉರಿಯೂತ /ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ವರದಿಗಳು ಲ್ಯುಕೊಪಿನಿಆ ಮತ್ತು ಥ್ರೊಂಬೊಸೈಟೊಪಿನಿಆ-ಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ

ಹಂತ 3: ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು (ಸಿಡಿ 4 ಗಣನೆ 200-500/ಘ.ಮಿ.ಮೀ)

- ರೋಗದ ಆರಂಭಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು
- ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು (ಏಡ್ಸ್ ಸಂಬಂಧಿತ ದೇಹಸ್ಥಿತಿ-ಎಆರ್‌ಸಿ)
  - ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣು / ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ / ತೂಕ ನಷ್ಟ / ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದ, ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ಬರುವ ಜ್ವರ; ರಾತ್ರಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆವರುವುದು / ಚರ್ಮದ ದದ್ದಿನ ಹರವು/ ಶಕ್ತಿಯ ನಷ್ಟ/ ಶಿಲೀಂಧ್ರ ಸೋಂಕು (ಹುಳುಕಡ್ಡಿ ಸೋಂಕು) / ಹರ್ಪಿಸ್ ಸಾಸ್ಟರ್ ಸೋಂಕು / ಒರೊಫ್ಯಾರಿಂಜಿಅಲ್ ಅಥವಾ ಯೋನಿಯ ಕ್ಯಾಂಡಿಡೈಆಸಿಸ್ / ಕ್ಷಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಮೈಕೋಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಂ ಟ್ಯುಬರ್ಕ್ಯುಲೋಸಿಸ್

ಹಂತ 4 : ತಡವಾದ ಹಂತದ ಎಚ್ಐವಿ ರೋಗ (ಸಿಡಿ 4 ಗಣನೆ 50-200/ಘ.ಮಿ.ಮೀ)

- ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ; ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು ಅಥವಾ ವಿಷಮತೆಗಳನ್ನು ನಿರೂಪಿಸುತ್ತವೆ
- ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು
  - ನ್ಯುಮೊಸಿಸ್ಟಿಸ್ ಕಾರಿನೈ ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ / ಸೆರೆಬ್ರಲ್ ಟೊಕ್ಸೊಪ್ಲಾಸ್ಮೊಸಿಸ್ / ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ ತೊಂದರೆಗಳು / ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಅಥವಾ ಹರಡಿದ ಕ್ಷಯ /ತೀವ್ರವಾದ ಒರೊಫ್ಯಾರಿಂಜಿಯಲ್ ಕ್ಯಾಂಡಿಡೈಯಾಸಿಸ್ / ಕ್ರಿಪ್ಟೊಕೊಕಲ್ ಮೆನಿಂಜೈಟಿಸ್
- ಕೆಲವು ಸಮಯಸಾಧಕ ಕ್ಯಾನ್ಸರುಗಳು
  - ಕಾಪೊಸಿಸ್ ಸಾರ್ಕೊಮಾ /ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಗೊತ್ತಾಗದ ಬಿ-ಕೋಶ ಲಿಂಫೋಮಗಳು

ಹಂತ 5 : ಮುಂದುವರಿದ ಎಚ್ಐವಿ ರೋಗ (ಸಿಡಿ 4 ಗಣನೆ < 50/ಘ.ಮಿ.ಮೀ)

- ಔಷಧೋಪಚಾರದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಈ ಅವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ 2 ವರ್ಷದ ಒಳಗೆ ಸಾಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ
- ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಇತರ ಲಕ್ಷಣಗಳು
  - ಕ್ರಿಯಾ ಅಪಸಾಮಾನ್ಯತೆಗಳು, ಅರಿವಿನ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ / ತೂಕದಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ನಷ್ಟ / ಮಾಂಸಖಂಡಗಳ ಕ್ಷಯಿಸುವಿಕೆ / ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಅಜೀರ್ಣತೆ/ಅರಜೀರ್ಣತೆಗಳು / ಎಚ್ಐವಿಯ ಕ್ಷಯಿಸುವ ಲಕ್ಷಣಕೂಟಗಳು

ಒಬ್ಬ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಗೆ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವುದು?

ಒಬ್ಬ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿ ಇದೆ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೆಂದು ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಎಚ್ಐವಿ ಇದೆ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿ ಇದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಲು ರಕ್ತವನ್ನು ಮೂರು ಭಾರಿ, ಮೂರು ರೀತಿಯ ವಿವಿಧ ರಾಪಿಡ್ ಟೆಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಎಲಿಸಾ ಟೆಸ್ಟ್ ಅನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಸಾರಿ ತೆಗೆದು ಕೊಂಡ ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯಿಂದ ಮೂರು ವಿಧವಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ವಾಲಂಟರಿ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಟೆಸ್ಟಿಂಗ್ ಸೆಂಟರ್ (ವಿಸಿಟಿಸಿ)ಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ರಕ್ತಮಾದರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶ ಬಂದ ನಂತರ ನಡೆಸಬೇಕು. ಎಚ್ ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಮತ್ತು ನೆಗೆಟಿವ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಒಬ್ಬ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಏಡ್ಸ್ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಗೆ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವುದು?

ಎಚ್ ಐವಿಗಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಇದೆ ಎಂಬ ಫಲಿತಾಂಶ ಬಂದಿರುತ್ತದೆ ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತೋರುತ್ತಾನೆ

- ತಮ್ಮ ದೇಹ ತೂಕದ ಶೇ.10 ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೂಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾನೆ. (ಎಚ್ ಐವಿ ಹೊರತಾಗಿ ಇನ್ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದಿರದ) ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಅತಿಸಾರ ಬೇಧಿ (ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ಅಥವಾ ನಿರಂತರ) ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಕಾಡುವ ಜ್ವರ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ (ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ಅಥವಾ ನಿರಂತರ)
- ಕ್ಷಯ: ಹರಡಿದ, ಮಿಲಿಯರಿ ಜ್ವರ ಅಥವಾ ಹೊರಶ್ವಾಶಕೋಶದ ಕ್ಷಯ
- ಕಾಪೊಸಿಸ್ ಸಾರ್ಕೋಮಾಗಳು
- ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಮಾಡಲು ಆಗದಷ್ಟು ನರಗಳ ದೌರ್ಬಲ್ಯ. (ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರದ ಇತರ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ -ಉದಾ: ಗಾಯದ ಆಘಾತದ ನಂತರ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ - ಕಂಡುಬಾರದೇ ಇರುವಂಥ ರೀತಿಯದು)
- ಅನ್ನನಾಳದ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್ (ಡಿಸ್ಫ್ಯಾಜಿಯ ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್ ನೊಂದಿಗೆ ಪತ್ತೆಯಾಬಹುದಾದ್ದು)

ಏಡ್ಸ್ ಸೋಂಕಿಗೆ ತುತ್ತಾಗಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸ್ಥಿತಿ

ಪ್ರತಿರಕ್ಷಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಕುಂದುವಿಕೆಗೆ ಬೇರೇನೂ ಕಾರಣಗಳಿಲ್ಲದಿದ್ದು, ಕೆಳಗೆ ನಮೂದಿಸಿರುವ ಯಾವುದಾದರು ಎರಡು ಪ್ರಧಾನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಎರಡು ಅಪ್ರಧಾನ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ತೋರ್ಪಡಿಸುವಂಥ ಶಿಶು ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅನುಮಾನಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಧಾನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

- ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಆಗುವುದು; ಬೆಳವಣಿಗೆ ತೀರಾ ನಿಧಾನವಾಗುವುದು
- ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ, ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ
- ಬಹಳ ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಯುವ ಜ್ವರ, ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ

ಅಪ್ರಧಾನ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

- ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ದುಗ ಗ್ರಂ ಉರಿಯೂತ
- ಒಫ್ಯಾರಿಂಜಿಯಲ್ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಆಸಿಸ್
- ಮತ್ತೆಮತ್ತೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೋಂಕುಗಳು (ಕಿವಿಯ ಉರಿಯೂತ, ಗಂಟಲ ಕುಳಿಯ ಉರಿಯೂತ, ಎಆರ್ ಐ ಇತ್ಯಾದಿ)
- ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಕಾಡುವ ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮು
- ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಚರ್ಮದ ಉರಿಯೂತ
- ತಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇದೆಯೆಂದು ಖಚಿತವಾದ ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕು

ಸಮಯ ಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು

ಯಾವುದೇ ಅನಾರೋಗ್ಯವನ್ನೂ ಉಂಟು ಮಾಡದೆಯೂ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಾಸಿಸುವಂಥ ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಿಗಳು ಇವೆ. ಆದರೆ, ದೇಹದ ಪ್ರತಿರಕ್ಷಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಬಲಗುಂದಿದಾಗ ಅವು ಬಾಯಿಯ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್ ನಂಥ ಗಂಭೀರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಇವುಗಳನ್ನು ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು

ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ / ಬಾಯಿಯ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಅನ್ನನಾಳದ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್ / ಕಾಪೊಸಿಸ್ ಸಾರ್ಕೋಮಾ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ ಮತ್ತು ವೈರಾಣು ಸೋಂಕುಗಳು / ಹರ್ಪಿಸ್ ಸಾಸ್ಟರ್ ಸೋಂಕುಗಳು / ಸಾಮಾನ್ಯ ದುಗ ಗ್ರಂ ಗಳ ಉರಿಯೂತ / ಹರ್ಪಿಸ್ ಸಿಂಪ್ಲೆಕ್ ಸೋಂಕುಗಳು / ನರ ದೌರ್ಬಲ್ಯ / ದೇಹ ಕ್ಷಯಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವ ರೋಗ / ಜಠರಗರುಳಿನ ಸೋಂಕುಗಳು (ಕ್ರಿಪ್ಟೊಸ್ಪೊರ್ಡಿಯಾ)/ ನರಗಳ ಸೋಂಕುಗಳು (ಕ್ರಿಪ್ಟೊಕಕಸ್ ನಿಯೊಫಾರ್ಮನ್ಸ್) ಒಕ್ಸೊಪ್ಲಾಸ್ಮಾ ಜೆಂಡಿಕ್ / ದುಗ ಗ್ರಂ ಯ ಗಂಟು / ಸೈಟೋಮೆಗಲೊ ವೈರಾಣು ಸೋಂಕು

ಗಮನಿಸಿ: ಮೇಲಿನವು ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಆಯ್ದ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳಾಗಿವೆ

ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ಕೆಮ್ಮುವುದು ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ
- ಫಿಟ್ಸ್ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾ ಅಪಸಾಮಾನ್ಯತೆ
- ನುಂಗುವಾಗ ತೊಂದರೆ ಮತ್ತು ನೋವು
- ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಮರೆವು - ಇಂಥ ಮಾನಸಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು
- ಅತಿಸಾರ ಮತ್ತು ನಿಲ್ಲದ ಭೇದಿ
- ಜ್ವರ
- ದೃಷ್ಟಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು
- ವಾಕರಿಕೆ, ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಮತ್ತು ವಾಂತಿ
- ದೇಹದಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ತೂಕ ನಷ್ಟ, ಮತ್ತು ಅತೀವವಾದ ಸುಸ್ತು
- ಮೂರ್ಛೆಹೋಗುವುದು

ಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ

ಸಾಸ

ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಇತಿಹಾಸ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನರ್ಸ್ ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಕೆಲವು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಾರದು

ಂಕ ಪರೀಕ್ಷೆ:

ಡಾಕ್ಟರರು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಪೂರ್ಥ ದೈಹಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕಾಗಬಹುದು

ಯೋಗಶಾಲೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು

- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ
- ಒಟ್ಟು ರಕ್ತಗಥಿನೆ ಮತ್ತು ರಕ್ತಗಥಿನೆಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸ

ಂಟಿರೆಟ್ರೋವೈರಲ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕೆಲವು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಉಪಯೋಗಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು.

- ಪ್ರತಿರಕ್ಷಾ ಕಾರ್ಯಗಳು: ಸಿಡಿ4, ಸಿಡಿ8 ಕೋಶಗಳ ಗಥಿನೆ, ಸಿಡಿ4 / ಸಿಡಿ8ಗಳ ಅನುಪಾತ
- ಪೂರ್ಥ ರಕ್ತಗಥಿನೆಗಳು, ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗ ಮತ್ತು ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆ
- ಮಾಂಟೋಕ್ಸ್ ಪರೀಕ್ಷೆ / ಎದೆಯ ಎಕ್ಸ್-ರೇ / ಸಹ-ಸೋಂಕುಗಳು: ಸಿಫಿಲಿಸ್, ಗೊನೊರಿಯಾ, ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಎ,ಬಿ ಮತ್ತು ಸಿ, ಟೊಕ್ಸೊಪ್ಲಾಸ್ಮಾ, ಇ-ಬಿ ವೈರಾಥು, ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಪ್ಯಾಪ್ ಸ್ಮಿಯರ್

ವೈದ್ಯಕೀಯ ನಿರ್ವಹಣೆ

ಆ್ಯಂಟಿರೆಟ್ರೊವೈರಲ್ ಔಷಧಿಗಳು, ರಿವರ್ಸ್ ಟ್ರ್ಯಾನ್ಸ್ಕ್ರಿಪ್ಟೇಸ್ ಅಥವಾ ಪ್ರೊಟೀಸ್‌ನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸುವ ಮೂಲಕ ವೈರಾಥುಗಳು ವೃದಿ ಯಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತವೆ.

ಆ್ಯಂಟಿರೆಟ್ರೋವೈರಾಣು ಔಷಧಿ

ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಸ್ತುತ ಕಾರ್ಯನೀತಿಯು ಪ್ರತಿವೈರಾಥು ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ಅದು, ಕ್ಷಯ ಮತ್ತು ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿಯಂಥ, ಎಚ್‌ಐವಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳ ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸುತ್ತದೆ. ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುವ ವ್ಯಕಿಗಳ ಉತ್ತಮ ಆರೈಕೆಯಿಂದ ಅವರ ಬದುಕುವ ಅವಧಿಯು ಲಂಬಿಸಿರುವುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಬದುಕಿನ ಗುಥಮಟ್ಟವು ಸುಧಾರಿಸಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

ಯಾವಾಗ ಆರಂಭಿಸಬೇಕು?

ಪ್ರತಿರೆಟ್ರೋವೈರಾಥು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗ ಆರಂಭಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ದೇಶದಿಂದ ದೇಶಕ್ಕೆ ಭಿನ್ನವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ಎನ್‌ಎಸಿಒ (NACO) ಪ್ರಕಾರ ಅನುಸರಿಸಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಕ್ರಮಗಳು ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ:

ಪಾಸಿಟಿವ್ ಎಚ್ ಐ ವಿ ಟೆಸ್ಟ್‌ನೊಂದಿಗೆ:

- ಸಿಡಿ4 ಕೋಶಗಥಿನೆ 200ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ
- ಒಟ್ಟು ಲಿಂಫೋಸೈಟ್ ಕೋಶಗಳ ಮೊತ್ತ 1200ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ
- ನಿರಂತರ ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿಯ ಇತಿಹಾಸ 1 ತಿಂಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು
- ಇನ್ಯಾವುದೇ ಪ್ರಮುಖ ಚಿಹ್ನೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಹಂತ III ಅಥವಾ IV

ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮಗಳು

ಎನ್‌ಎಸಿಒ (NACO) ಪ್ರಕಾರ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಲಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮ ಕೆಳಗಿನಂತಿದೆ:

- ನೆವಿರಾಪೀನ್ 200 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ, 14 ದಿನ ನೀಡಬೇಕು. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದರಿಂದ, ಯಾವುದೇ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಗಾವಣೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಅನುಸರಿಸಿದಾಗ ಅದು ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಇರುವ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ನಿರಂತರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಔಷಧೋಪಚಾರಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಸಹನೆಯನ್ನು ತೋರಿದರೆ, 15 ನೇ ದಿನದಿಂದ ಕೆಳಗಿನ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. (2 ಎನ್‌ಆರ್‌ಟಿಐ+ 1 ಎನ್ ಎನ್ ಆರ್ ಟಿ ಐ)

ಔಷಧಿಗಳ ಸಂಯೋಜನೆ (ವಾಣಿಜ್ಯ ಹೆಸರು-ವಿರುಲನ್ಸ್)	ದೇಹದ ತೂಕಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಹಾಗೆ ಡೋಸೇಜ್	
ಒಂದೇ ಔಷಧಿ - ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ	60 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ.ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ	60 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ.ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು
ನೆವಿರಪೀನ್ (ಎನ್‌ಎನ್‌ಆರ್‌ಟಿ ಐ)	200 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.	200 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.
ಲ್ಯಾಮಿವುಡೀನ್ (ಎನ್‌ಆರ್‌ಟಿಐ)	150 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.	150 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.
ಸ್ಟವುಡೀನ್ (ಎನ್‌ಆರ್‌ಟಿಐ)	30 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.	40 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವಲ್ಲಿ ಇರುವ ಇನ್ನಿತರ ಅಂಶಗಳು ಎಂದರೆ:

- ಔಷಧೋಪಚಾರವನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಅನುಸರಿಸುವುದರ ಮಹತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು
- 15 ನೇ ದಿನ, ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ 30 ದಿನಗಳ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಆದರೆ, 28ನೇ ದಿನ ಮತ್ತೆ ಬರಲು ಹೇಳಲಾಗುವುದು. ಮರುಭೇಟಿಗೆ ಬಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಾನು ಬಳಸಿರುವ ಮಾತ್ರೆಗಳ ಖಾಲಿ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುವುದಲ್ಲದೇ, ಇನ್ನೆರಡು ದಿನದ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಬೇಕು
- ಅದರ ನಂತರ, ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮುಂದಿನ 30 ದಿನಗಳಿಗಾಗಿ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುವುದು

- ಔಷಧೋಪಚಾರವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ 3 ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸಿಡಿ4 ಕೋಶಗಣನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಿಡಿ4 ಮೊತ್ತದಲ್ಲಿ ಆದ ಹೆಚ್ಚಳದ ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಸೂಚಿತವಾಗುತ್ತದೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಅಲ್ಬೆಂಡಜೋಲ್ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು
- 14 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ನೆವಿರಾಪೀನ್ ಮಾತ್ರ ನೀಡಿದ ನಂತರ, ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ, ಸಂಯೋಜನಾ ಔಷಧಿಯಾಗಿ (ಕೆಳಗೆ ನೋಡಿ) ಜಿಡೋವುಡೀನ್‌ನ್ನು ಕೂಡ ಕೊಡಬಹುದು. ಆದರೆ, ಅದು ತೀವ್ರ ರಕ್ತಹೀನತೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದರಿಂದ, ಅದನ್ನು ಹಿಮೊಗ್ಲಾಬಿನ್ ಪ್ರಮಾಣವು 6 ಗ್ರಾಮ್‌ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕೊಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ರಕ್ತಹೀನತೆ ಇರುವ, ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇದನ್ನು ನೀಡಬಾರದು

  ನೆವಿರಪೀನ್ 200 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ
  ಲ್ಯಾಮಿವಿಡೀನ್ 150 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ
  ಜಿಡೋವಿಡೀನ್ 300 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ

ಎಚ್ಚರಿಕೆ

- ಒಂದು ಔಷಧಿ ಅಥವಾ ಎರಡು ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಡಿ **(ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು ವೃತ್ತೀಯ ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಪಿಇಪಿ) ಹೊರತಾಗಿ)**
- ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಒತ್ತಿ ಹೇಳಬೇಕು
- ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿರೋಧಕ್ಕಾಗಿ ನಿಗಾ ಇಟ್ಟಿರಬೇಕು.
- ಔಷಧಿಗಳ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳೇನಾದರೂ ಕಂಡು ಬಂದರೆ ಕೂಡಲೇ ಅದಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಗಳಲ್ಲಿ, ವಾಕರಿಕೆ, ವಾಂತಿ, ಚರ್ಮದ ಉರುಬು, ಮಾಂಸಖಂಡ ದೌರ್ಬಲ್ಯ, ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ ಮತ್ತು ತಲೆನೋವು ಸೇರಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಗಳಿಂದಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮರಣಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗಬಹುದು
- ಪ್ರತಿರೆಟ್ರೋವೈರಾಣು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ನೀಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದು ದುಬಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೆನ್ನುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ. ಇದು ರೋಗಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವಲ್ಲ; ಬದಲಿಗೆ ಅದು ಬದುಕಿನ ಅವಧಿಯನ್ನು ಲಂಬಿಸುತ್ತದೆ
- ಪ್ರತಿರೆಟ್ರೋವೈರಾಣು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಬದುಕಿನ ಅವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಉತ್ತಮ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ

ಅಧ್ಯಾಯ 4

4

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ

ಪೀಠಿಕೆ

ಎಚ್‌ಐವಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಹಲವು ಎಸ್‌ಟಿಐಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಮೂಲಕ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಈ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ 'ಸುಕಾಂದ್ರಸಾಂರತಾ' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ.

- ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆ
- ಕಾಂಡೋಮ್ ಉತ್ತೇಜನ
- ದ್ರವ್ಯದ ಅಪಬಳಕೆಯ ನಿವಾರಣೆ
- ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸುವುದು
- ರಕ್ತದ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ದೇಹದ್ರವಗಳ ನಿಭಾವಣೆಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸುವುದು
- ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು

ಪ್ರಸ್ತುತ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಈ ವಿಧಾನಗಳ ಕುರಿತು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಈ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಸರಿಯಾದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಕೊಡಲು ನರ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸಮರ್ಥರಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಇದು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯೋದ್ದೇಶಗಳು

- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ವಿಧಾನಗಳ ಕುರಿತು ಅರಿವನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಯಾವ ಬಗೆಯ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕುರಿತು ನಡೆಸಲಾಗುವ ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆ, ದ್ರವ್ಯದ ಬಳಕೆ, ರಕ್ತದ ಪೂರಣ ಮತ್ತು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಚರಣೆಗಳ ಸುರಕ್ಷಿತತೆ ಇವುಗಳ ಕುರಿತಾದ ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು
- (ಮಾದಕ) ದ್ರವ್ಯದ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ ಹರಡಿಕೆಯ ನಡುವೆ ಸಂಬಂಧವಿದೆ
- ರಕ್ತಪೂರಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಸುರಕ್ಷಿತತೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ
- ಅಪಾಯ ಸಂಭವನೀಯ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸಬಹುದು
- ತಂದೆ ತಾಯಿಯಿಂದ ಎಚ್‌ಐವಿಯು ಮಗುವಿಗೆ ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು

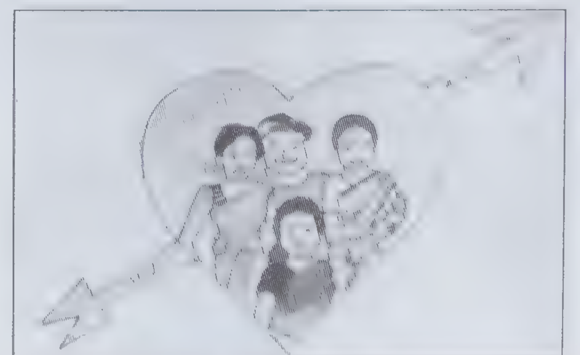


ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಎಚ್‌ಐವಿ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ :

1. ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ

- ಮದುವೆಗಿಂತ ಮುಂಚೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಬೇಡ
- ಏಕಸಾಂಗತ್ಯ ಅನುಸರಿಸಿ (ಒಬ್ಬ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಪರಸ್ಪರ ನಿಷ್ಠೆ ಇರಲಿ)
- ಒಬ್ಬ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಯ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಅನುಸರಿಸದೆ, ಹೆಚ್ಚು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಬಳಸಿ
- ಎಸ್‌ಟಿಐಗೆ ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ, ಸರಿಯಾದ, ಪೂರ್ಣವಾದ ಔಷಧಿಯನ್ನು ನೀಡಿ
- ಲಿಂಗತೂರದ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ



ಚಿತ್ರ 4.1 : ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ

2. ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆಗೆ ಉತ್ತೇಜನ

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳಾಗಲೀ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಆಗಲೀ ಇವುಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಇರುವ ಒಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಹಾಗೂ ಅತಿ ಮಹತ್ವದ ಕ್ರಮ ಎಂದರೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡುವುದು

ಕಾಂಡೊಮ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಪಾತ್ರ

- ತಡೆಗಟ್ಟುವ ರೀತಿಯ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಅರಿತು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ / ಏಡ್ಸ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಒಂದು ಅಂಗವಾಗಿ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಕಾಂಡೋಮ್ ವಿತರಿಸುವುದು
- ರೋಗಿಗೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆಯ ಕುರಿತು ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಿಕೆ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸುವುದು

ಕಾಂಡೋಮ್ ಅಂದರೇನು?

ಕಾಂಡೊಮ್ (ನಿರೋಧ್) ಎಂದರೆ (ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್) ರಬ್ಬರಿನಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಚೀಲ. ಇದನ್ನು ನಿಮಿರಿದ ಶಿಶ್ನದ ಮೇಲೆ ತೊಡಬೇಕು.

ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆಯಿಂದ

- ಬೇಡವಾದ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಮತ್ತು ಆ ಮೂಲಕ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು

ಕಾಂಡೋಮ್ ಎಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ?

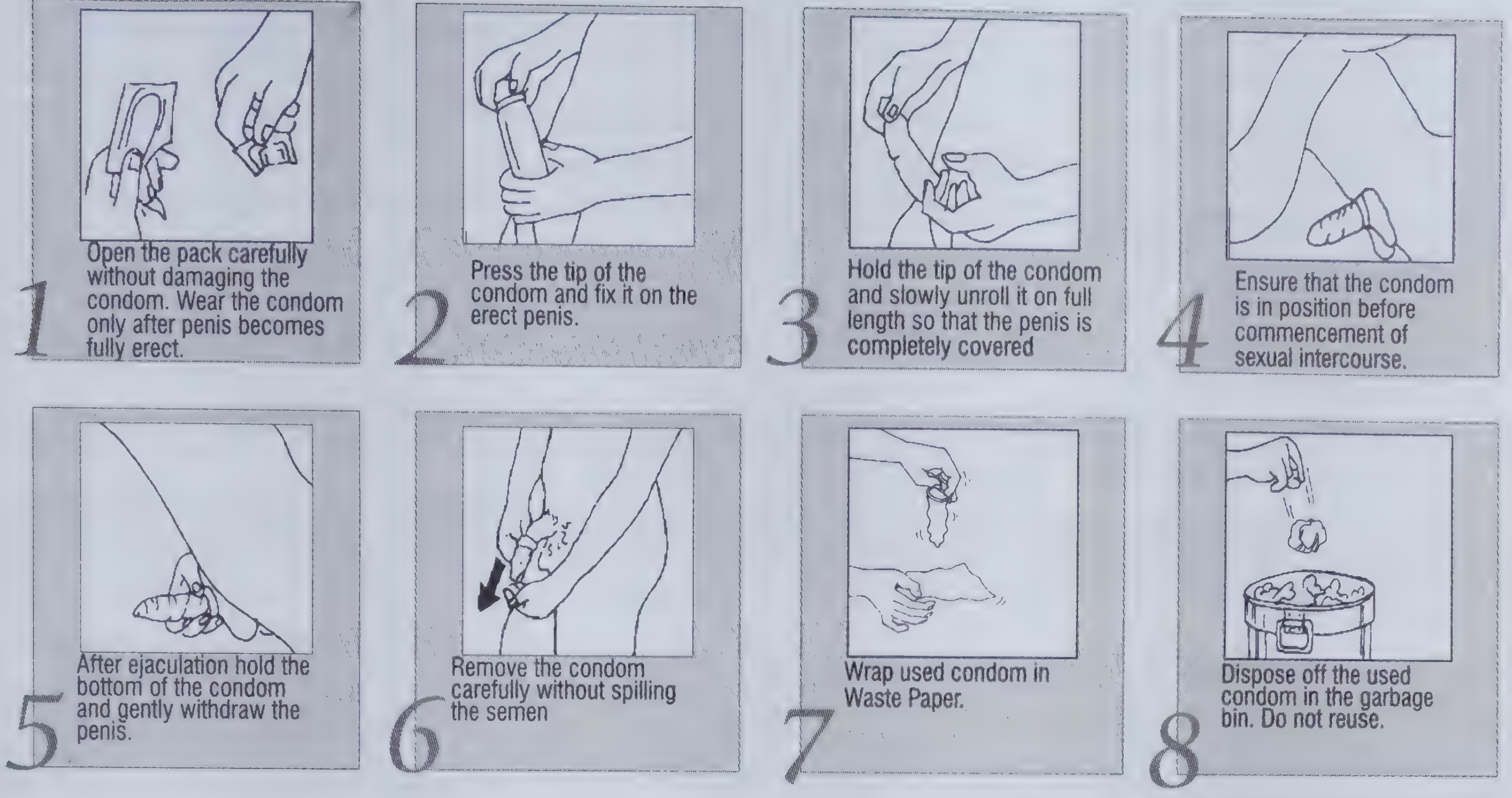
ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಿದ (ನಿರೋಧ್) ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದರೆ ಅದು ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದರ ವಿರುದ ವೂ ಅಧಿಕ ಮಟ್ಟದ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ

ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಯಾವಾಗ ಬಳಸಬೇಕು?

- ಸಂಗಾತಿಯು ಬಸಿರಿ ಆಗಿರುವಾಗ
- ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಆಗಿರಬಹುದು ಎಂಬ ಅನಿಸಿಕೆ ಇದ್ದಾಗ
- ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ/ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಇತರ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗಳು ಇದ್ದಾಗ
- ಅಪರಿಚಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆ ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುವಾಗ
- ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹಥಿಕೊಟ್ಟು ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖ ಪಡೆಯುವಾಗ

ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಸರಿಯಾದ ಬಳಕೆ (ಚಿತ್ರ 4.2 ನೋಡಿ)

- ಕಾಂಡೊಮ್‌ಗಳ ಸುರಕ್ಷಿತ ಬಳಕೆಯ ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕವನ್ನು ನೋಡಿ
  - ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯು ಕತ್ತಲೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನಕ್ಷರಸ್ಥನಾಗಿದ್ದರೆ, ಪ್ಯಾಕೆಟಿನ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಾಂಡೋಮ್ ಹೇಗೆ ಸರಿದಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದೆಂಬುದನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿರಿ. ಅದು ಪ್ಯಾಕೇಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟಿ ನೋಡುವಾಗ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸರಿದಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದು ಸುರಕ್ಷಿತ ದಿನಾಂಕದ ಒಳಗೇ ಇದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಬಳಸುವುದಕ್ಕೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಕಾಂಡೋಮ್ ಪೆಡಸಾಗಿದ್ದು, ಪ್ಯಾಕೇಟಿನಲ್ಲಿ ಅಂಟಿಕೊಂಡು, ಸುಲಭವಾಗಿ ಸರಿದಾಡದಿದ್ದರೆ ಅದರ ಸುರಕ್ಷಿತ ಬಳಕೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮೀರಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು
- ಕಾಂಡೋಮ್ ಹಾಳಾಗದಂತೆ ಅದರ ಪ್ಯಾಕೆಟನ್ನು ತೆರೆಯಿರಿ
  - ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯು ಕತ್ತಲೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನಕ್ಷರಸ್ಥನಾಗಿದ್ದರೆ, ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಪಾಕೇಟಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬದಿಗೆ ಸರಿಸಿ, ಖಾಲಿ ಇರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಹರಿದರೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಹಾಳಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ, ಬ್ಲೇಡ್, ಕತ್ತರಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ಅರಿತವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪಾಕೇಟನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು
- ಶಿಶ್ನವು ಪೂರ್ತಿ ನಿಮಿರಿದ ನಂತರವೇ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಧರಿಸಿರಿ
- ಕಾಂಡೋಮ್ ತುದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪುಟ್ಟ ಚೀಲವನ್ನು ಬೆರಳುಗಳಲ್ಲಿ ಒತ್ತಿ ಹಿಡಿದು ಕಾಂಡೋಮ್ ಸುರುಳಿಯನ್ನು ನಿಮಿರಿದ ಶಿಶ್ನದ ಮಣಿಯ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ (ತುದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹಿಚುಕಿ ತೆಗೆಯದೇ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ತೊಟ್ಟುರೊಂಡರೆ ಅದು ಒಡೆಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ)
- ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ತುದಿಯನ್ನು ಶಿಶ್ನದ ತುದಿಯ ಮೇಲೆಯೇ ಇರುವಂತೆ ಹಿಡಿದು ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಸುರುಳಿಯನ್ನು ಶಿಶ್ನದ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಬಿಡಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಿ. ಕಾಂಡೋಮ್ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ
- ಸಂಭೋಗವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಮುನ್ನ ಕಾಂಡೋಮ್ ಶಿಶ್ನದ ಮೇಲೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನದ ನಂತರ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಬುಡವನ್ನು ಶಿಶ್ನದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಿ ಹಿಡಿದು ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಯೋನಿಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ತೆಗೆಯಿರಿ
- ಅದರಲ್ಲಿರುವ ವೀರ್ಯವು ಹೊರಚೆಲ್ಲದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸುತ್ತಾ, ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಶಿಶ್ನದಿಂದ ತೆಗೆಯಿರಿ
- ಬಳಸಿದ ಕಾಂಡೋನ್‌ನ್ನು ಒಂದು ಕಾಗದದಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿ ಅಥವಾ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಬುಡದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಗಂಟು ಕಟ್ಟಿ ಅದನ್ನು ಕಸದ ತೊಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಸೆದು ಬಿಡಿ



ಚಿತ್ರ 4.2: ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಸರಿಯಾದ ಬಳಕೆ

ನಿರೋಧ್ ಪ್ಯಾಕೆಟ್ ನೋಡಲು ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿಲ್ಲವಾದರೂ , ಒಳಗಿರುವ ನಿರೋಧ್ ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ

ಸ್ತ್ರೀ ಕಾಂಡೋಮ್

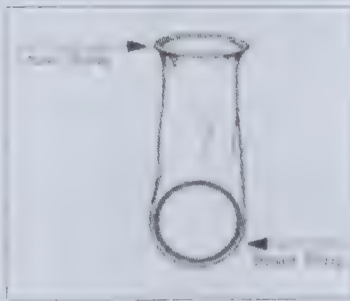
ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆಯು ದೇಶದ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಸ್ತ್ರೀ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದೆ. ಇದು ಗರ್ಭನಿರೋಧವಾಗಿರುವುದಲ್ಲದೇ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಸೋಂಕುಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಅದರ ಬೆಲೆಯು ರೂ.45/- ಆಗಿದೆ, ಅವುಗಳ ಬಳಕೆ ಹೆಚ್ಚಾದ ಹಾಗೆ ಬೆಲೆಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹಿಂದುಸ್ತಾನ್ ಲೇಟೆಕ್ಸ್ ಇದನ್ನು ವಿತರಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ತ್ರೀ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಬ್ರ್ಯಾಂಡ್ ಹೆಸರು, ಫೆಮಿಡೋಮ್.



ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಇತರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಎಂದರೆ:

- ಇದನ್ನು ಪಾಲಿಯುರೆಥೇನ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.
- ಇದು ಮೃದು, ತೆಳ್ಳಗೆ, ವಾಸನೆ ರಹಿತ ಮತ್ತು ಬಲವಾಗಿದೆ.
- ಮೆತುವಾದ ಎರಡು ಉಂಗುರಗಳುಳ್ಳ ಇದು, 17 ಸೆಂ.ಮೀ. ಉದ್ದವಾಗಿದೆ.
- ಇದನ್ನು ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ 8 ಗಂಟೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೂ ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಂಭೋಗ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಕೂಡಲೇ ತೆಗೆಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.
- ಇದನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಿ, ಎಸೆದುಬಿಡಬೇಕು.

ಸ್ತ್ರೀ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವ ವಿಧಾನ



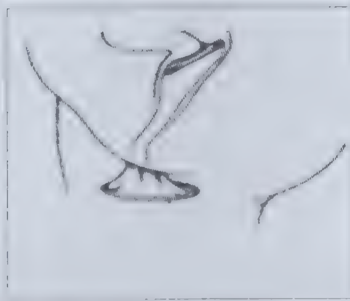
ಹಂತ 1



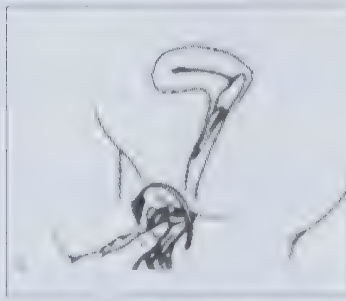
ಹಂತ 2



ಹಂತ 3



ಹಂತ 4



ಹಂತ 5

ಚಿತ್ರ 4.3 : ಸ್ತ್ರೀ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ವಿಧಾನ

1. **ತೆರೆದ ತುದಿ (ಹೊರ ಉಂಗುರ):** ತೆರೆದ ತುದಿಯು ಯೋನಿ ಮುಖದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ. ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಯೋನಿಯ ಒಳಗೆ ತೂರಿಸಲು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಉಳಿಸಲು ಒಳ ಉಂಗುರ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ.
2. **ಚೀಲವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು:** ಎ. ಒಳ ಉಂಗುರವನ್ನು ಹೆಬ್ಬೆರಳು ಮತ್ತು ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತೋರು ಬೆರಳನ್ನು ಇತರ ಎರಡು ಬೆರಳುಗಳ ನಡುವೆ ಚೀಲದ ಮೇಲೆ ಇಡಬೇಕು. (ಅಥವಾ) ಬಿ. ಒತ್ತಿರಿ.
3. **ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಒಳಹಾಕುವ ವಿಧಾನ:** ಒಳ ಉಂಗುರವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹಿಡಿಯಿರಿ. ಚೀಲವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಒಳಕ್ಕೆ ತೂರಿಸಿ. ಅದರ ಸ್ಪರ್ಶಾನುಭ ಆಗದಿದ್ದರೆ ಅದು ಸರಿಯಾದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕೂತಿದೆ ಎಂದರ್ಥ. ಆತಂಕ ಬೇಡ, ಅದು ಇನ್ನೂ ಒಳಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಮತ್ತು ನೋವೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.
4. **ಇರಿಸಿರುವ ಜಾಗ ಸರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ:** ಚೀಲವು ತಿರುಚಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೊರ ಉಂಗುರ ಯೋನಿಯ ಹೊರಗೆ ಇರಬೇಕು.
5. **ಲೈಂಗಿಕ ಸುಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಹೊರ ಉಂಗುರವನ್ನು ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು:** ಶಿಶ್ನವು ಕಾಂಡೋಮ್ ಒಳಗೆ ಇದೆಯೆ ಎಂದು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಶಿಶ್ನವು ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಹೊರಗೆ ಇರಬಾರದು.
6. **ಹೊರ ತೆಗೆಯುವುದು:** ಎದ್ದು ನಿಂತುಕೊಳ್ಳುವ ಮುಂಚೆ ಹೊರತೆಗೆಯಿರಿ. ಹೊರ ಉಂಗುರವನ್ನು ಒತ್ತಿ, ತಿರುಚಿ ಹಿಡಿಯಿರಿ. ಮೆತ್ತಗೆ ಹೊರಗೆಳೆಯಿರಿ. ಟಾಲೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಸೆಯಬೇಡಿ, ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಸೆಯಿರಿ.

ಕರಪತ್ರ 4.1: ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆಯ ಕುರಿತು ಇರುವ ಕೆಲವು ನಂಬಿಕೆಗಳು

ನಂಬಿಕೆ	ಕಾರಣ	ಪರಿಹಾರ
ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಒಂದು ರೀತಿ ಕಿರಿಕಿರಿ **ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಂಡೋಮ್ ಹರಿದು ಹೋಗುವುದು**	– ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಉದ್ರೇಕ ಗೊಂಡಿಲ್ಲವಾದರೆ ಯೋನಿ ಮಾರ್ಗವು ಸಾಕಷ್ಟು ಹಸಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಶಿಶ್ನ ತೂರಿಸುವಾಗ ಕಿರಿಕಿರಿಯಾಗುತ್ತದೆ – ಬಳಸಿರುವ ಕಾಂಡೋಮ್ ಹಳೆಯದಾಗಿರ ಬಹುದು – ತುದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹಿಚುಕಿ ತೆಗೆಯದೇ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅದು ಒಡೆಯಬಹುದು – ಕಾಂಡೋಮ್ ಹಳೆಯದಾಗಿದ್ದರೆ, ಬಳಕೆಯ ಅವಧಿಯ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಹೀಗೆ ಆಗಬಹುದು	– ಶಿಶ್ನ ತೂರಿಸುವ ಮುನ್ನ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂಭೋಗ ಪೂರ್ವ ಚೇಷ್ಟೆ – ಉತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಅದರ ಬಳಕೆ ಅವಧಿ ಮುಗಿಯುವ ಮುನ್ನ ಬಳಸುವುದು – ನಿಮಿರಿದ ಶಿಶ್ನದ ಮೇಲೆ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಧರಿಸುವ ಮುನ್ನ ಅದರ ತುದಿಯನ್ನು ಬೆರಳುಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ಅಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯಿಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡಿ – ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಸುರಕ್ಷಿತ ಬಳಕೆಯ ಅವಧಿಯನ್ನು, ಪ್ಯಾಕು ಇದ್ದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇವುಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿ. ಕಾಂಡೋಮ್ ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಕುರಿತು ಇರುವ ಆತಂಕವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ
ಕಾಂಡೋಮ್ ಅಂಟು ಅಂಟು ಮತ್ತು ಎಣ್ಣೆ ಎಣ್ಣೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.	ವೀರ್ಯ ಮತ್ತು ಯೋನಿದ್ರವಗಳಿಂದಾಗಿ ಸಂಭೋಗ ಕ್ರಿಯೆಯೂ ಅಂಟು ಅಂಟಾ ಗಿರುತ್ತದೆ. – ಕಾಂಡೋಮ್ ಮೇಲೆ ಲೂಬ್ರಿಕೆಂಟ್ ಲೇಪಿಸಿರುತ್ತಾರೆ	– ಈ ರೀತಿ ಅಂಟುಅಂಟಾಗಿದ್ದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಜಾರುವಂತೆ ಇರುವುದರಿಂದಾಗಿಯೇ ಸೇರುವಾಗ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಕಿರಿಕಿರಿ ಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ಜಾರುವ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದಾಗಿಯೇ ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖವೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ
ಕಾಂಡೋಮ್ ಸಂಭೋಗ ಸುಖವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ	– ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಬಳಸುವುದು ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ – ಅದನ್ನು ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಬಳಸಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ	– ಅದನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಎಷ್ಟು ಸರಳ ಮತ್ತು ಸುಲಭ ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ತೋರಿಸಿಕೊಡಿ – ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯ ಯಾವುದು ಎನ್ನುವುದರ ಕುರಿತು ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಿ – ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖ ಇರುವುದು ಕೇವಲ ಶಿಶ್ನ ತೂರುವುದರಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ, ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಬಳಕೆ ಇತರ ಬಗೆಯ ಪ್ರಣಯ ಸುಖಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಿ ಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ – ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಇದೆ, ಅವು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸುಖವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ
ಸ್ತ್ರೀಯರು ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಇಷ್ಟ ಪಡುವುದಿಲ್ಲ	ಇದು ಪುರುಷರು ಕಂಡುಕೊಂಡಿರುವ ಒಂದು ನೆಪ	– ಸ್ತ್ರೀಯರು ಇದನ್ನು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಅದು ಸಂಭೋಗ ಸುಖದ ಅವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತದೆ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಪುರುಷ ತಮ್ಮನ್ನು ರೋಗಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುವ ಕುರಿತು ಎಷ್ಟೊಂದು ಕಾಳಜಿ ತೋರುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬ ಆದರದ ಭಾವನೆಯೂ ಬರುತ್ತದೆ
ಕಾಂಡೋಮ್ ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಶಿಶ್ನದ ನಿಮಿರಿಕೆ ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತದೆ	– ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ	– ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ ಕೊಡಿ – ಈ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಿಕೆ ಮೂಲಕ ತೋರಿಸಿಕೊಡಿ

ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ಭಾರತೀಯ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ ಕಳಪೆಯೇ?

- ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಕಾಂಡೋಮ್ ತಯಾರಿಸುವ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಭಾರತವು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ದೇಶ
- ಭಾರತದಲ್ಲಿ ತಯಾರಾದ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ
- ಭಾರತೀಯ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಇತರ ಸುಮಾರು 150 ದೇಶಗಳಿಗೂ ರಫ್ತಾಗುತ್ತವೆ

ಭಾರತದಲ್ಲಿನ ಕಾಂಡೋಮ್ ತಯಾರಕರು ಯಾರು? ಜನಪ್ರಿಯ ಬ್ರಾಂಡುಗಳು ಯಾವುವು?

- ಹಿಂದುಸ್ತಾನ್ ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್ ಲಿಮಿಟೆಡ್ (ಮೂಡ್ಸ್, ಮೂಡ್ಸ್ ಸುಪ್ರೀಮ್ ಮತ್ತು ಉಸ್ತಾದ್)
- ಟಿಟಿಕೆ ಎಲ್ ಐಜಿ (ಕೊಹಿನೂರ್, ಡ್ಯೂರೆಕ್ಸ್ ಮತ್ತು ಫಿಯೆಸ್ಟಾ)
- ಜೆಕೆ ಆನ್ಸೆಲ್ ಕಂಪನಿ (ಕಾಮಸೂತ್ರ, ಮಿಡ್‌ನೈಟ್ ಕೌಬಾಯ್ ಮತ್ತು ಸಾಜನ್)
- ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಂಪನಿಗಳು ತಯಾರಿಸಿದ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳನ್ನು ಸರಕಾರವು ಪಡೆದುಕೊಂಡು 'ನಿರೋಧ್' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ವಿತರಿಸುತ್ತದೆ

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ತಯಾರಾಗುವ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಸಮಗ್ರ ಗುಣಮಟ್ಟ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆಯೇ?

ಖಂಡಿತ. ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಒಡೆಯುವ ಪ್ರಮಾಣ, ಲೂಬ್ರಿಕೇಟ್ ಗುಣಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾಕೇಜಿಂಗ್ ಹೀಗೆ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳಿಗಾಗಿ ಕಠಿಣ ಗುಣಮಟ್ಟ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಒಂದು ಪ್ಯಾಕೆಟಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಇರುತ್ತವೆ?

ಒಂದು ಪ್ಯಾಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ 3-6, 10-15 ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. 20 ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳ ಪ್ಯಾಕೆಟ್‌ಗಳೂ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಈಗ ಒಂದು ಕಾಂಡೋಮ್ ಕೂಡ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಪ್ಯಾಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಮಾರಾಟಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ?

- ಔಷಧಿ ಅಂಗಡಿಗಳು
- ಕಿರಾಣಿ ಅಂಗಡಿಗಳು
- ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಪೆಟ್ಟಿ ಅಂಗಡಿಗಳು
- ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಬಂಕ್‌ಗಳು

ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಉಚಿತವಾಗಿ ಎಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ?

- ಎಲ್ಲಾ ಸರಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ, ಡಿಸ್ಪೆನ್ಸರಿಗಳಲ್ಲಿ
- ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಸ್‌ಟಿಐಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಸರಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲೂ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು ಉಚಿತವಾಗಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ

ಮಾರಾಟಕ್ಕೆ ಸಿಗುವ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಬೆಲೆ ಎಷ್ಟು?

ಅವುಗಳ ಬೆಲೆ ಒಂದಕ್ಕೆ ನಲವತ್ತು ಪೈಸೆಯಿಂದ ಆರು ರೂಪಾಯಿಗಳ ವರೆಗೂ ಇದೆ. ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ ಬೆಲೆಯು ಕಂಪನಿಗಳ ಮೇಲೆ ಆಧಾರಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

3. ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು

ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳ ಬಳಕೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವು ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದೂ ಆ ಸಮುದಾಯದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಹರಡಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ:

- ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನಗಳು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವು, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯದ ಪ್ರಭಾವ

ಗಮನಿಸಿ:

- ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಮೂಲಕ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನಕ್ಕೂ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದಕ್ಕೂ ಬಹಳ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧವಿದೆ
- ಮಾಂಸಖಂಡದ ಒಳಗೆ, ಚರ್ಮದ ಒಳಗೆ, ಚರ್ಮದ ಕೆಳಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಇನ್ನಿತರ ವಿಧಾನಗಳೂ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು
- ನುಂಗುವುದು, ಚೀಪುವುದು, ಅಗಿಯುವುದು, ಸೇದುವುದು, ಮೂಸುವುದು ಇಂಥ ವಿಧಾನಗಳು ಒಂದು ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಸೇವನೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವು, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಕೆಟ್ಟ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಮಾತನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು

4. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಅಪಾಯಕಾರಿ ಆಗಬಲ್ಲ ಆಚರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಇಂತಿವೆ:

- ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಬಳುವಳಿಯಾಗಿ ಪಡೆಯುವ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನು ಹರಡುವಲ್ಲಿ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಮಾರ್ಗಗಳಾಗಿವೆ.
- ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿರದ ಚಾಕು ಅಥವಾ ಬ್ಲೇಡುಗಳಿಂದ ಸುನತಿ ಮಾಡಿಸುವುದು
- ಆಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿರದ ಚಾಕು ಅಥವಾ ಬ್ಲೇಡುಗಳಿಂದ ಚುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕುಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ
- ದೇವದಾಸಿ ಪದ್ಧತಿ
- ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡದೇ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯವರು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಚರ್ಮ ಚುಚ್ಚುವ ಪದ್ಧತಿಗಳು

ನೆನಪಿರಲಿ.....

ಯಾರಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಎಚ್‌ಐವಿ ಗ್ರಾಮ ಮತ್ತು ನಗರ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ಅನಿವಾರ್ಯವೆನಿಸುವ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನೇ ಸೋಂಕು ಹರಡಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗದಂತೆ ಸುರಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸುವುದೇ ಹೆಚ್ಚು ಒಳ್ಳೆಯದು.

5. ರಕ್ತದ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ದೇಹದ್ರವಗಳ ಸುರಕ್ಷಿತ ನಿಭಾವಣೆ

ರಕ್ತಪೂರಣ (ಬ್ಲಡ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಫ್ಯೂಷನ್)

- ರಕ್ತಪೂರಣ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ (ಅರೆಜೀರ್ಣತೆ/ಅಪಜೀರ್ಣತೆ, ಕೊಕ್ಕೆ ಹುಳುಗಾಗಿ, ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಹೀನತೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಸೂಕ್ತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ)
- ರಕ್ತಪೂರಣ ಅನಿವಾರ್ಯವಾದಲ್ಲಿ, ಎಚ್‌ಐವಿಗಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿರುವ ರಕ್ತವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕೊಡಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಬಂಧುಗಳು ರಕ್ತವನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ

ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಕಲುಷಿತವಾಗಿರಬಹುದಾದ ದೇಹದ್ರವಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ

- ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ/ರೋಗಿಯನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು (ಅಧ್ಯಾಯ 5ನ್ನು ನೋಡಿ) ಅನುಸರಿಸಿ

6. ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಆಗುವ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು

ಕರಪತ್ರ 4.2 : ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ನರ್ಸ್ ಯಾರ ಕುರಿತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು?

ನರ್ಸ್ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಕುರಿತು ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ:

- ಸ್ತ್ರೀಯರು ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ
- ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ 20 ವರ್ಷಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಗೃಹಿಣಿಯರು ಎಂಬುದು ವಿಪರ್ಯಾಸ

ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಗುರಿ :

- ಲೈಂಗಿಕ ವೃತ್ತಿನಿರತರು
- ಹದಿಹರೆಯದವರು
- ಸ್ಥಿರವಾದ ಸಂಬಂಧಗಳಿದ್ದರೂ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿರುವ ಸ್ತ್ರೀಯರು
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಮತ್ತು ಹಾಲೂಡಿಸುವ ಸ್ತ್ರೀಯರು

ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಇರುವ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳು

ಕರಪತ್ರ 4.3: ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ – ಸೋಂಕು ತಗಲದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಉಪಾಯಗಳು

ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮ
1. **ಮಾಹಿತಿ, ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಂವಹನ (ಮಾಶಿಸಂ)** • ಹದಿಹರೆಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚಿನ (10-12 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ) ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನೀಡುವುದು • ಎಲ್ಲ ಹದಿಹರೆಯದ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿಗಳ ಕುರಿತು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ವಿಧಾನಗಳ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದ • ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ವರ್ತನೆಗಳ ಕುರಿತು ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದು • ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಸಮಸ್ಯಾ ಪರಿಹಾರ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಡುವುದು • ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ದುಷ್ಪ್ರಭಾವಗಳನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುವುದು, ಚುಡಾವಣೆ, ಬಲಾತ್ಕಾರ ಸಂಭೋಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಕಿರುಕುಳ ಮುಂತಾದುವುಗಳಿಂದ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿದಾಯಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡು ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು - ಇಂಥ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹದಿಹರೆಯದ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು • ಲೈಂಗಿಕ ಮತ್ತು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಆರೋಗ್ಯ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆ, ಲೈಂಗಿಕ ವರ್ತನೆಯ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ವರ್ತನೆಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಕುರಿತು ಅಗತ್ಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ಹದಿಹರೆಯದ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು • ಹದಿಹರೆಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿನ ವಯೋಮಾನದ ಹುಡುಗಿಯರ ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುವುದು • ಹದಿಹರೆಯದ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೂ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗಿಯರು ಕಲಿಯಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುವ ಪ್ರಮುಖ ಸಂದೇಶಗಳುಳ್ಳ ಪೋಸ್ಟರುಗಳ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು
2. **ಬೇಡವಾದ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು, ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯ ಸೌಕರ್ಯಗಳ ಲಭ್ಯತೆಯನ್ನು ಅಧಿಕಗೊಳಿಸುವುದು** • ಏಡ್ಸ್ ಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನಾ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ನೀಡುವುದು • ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಸ್ತ್ರೀಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು • ತಡೆ ವಿಧಾನಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯ ಕೊಡುವುದು • ದ್ವಿಮುಖ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಕುರಿತು (ಎಂದರೆ, ಒಂದೇ ಸಲಕ್ಕೆ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಸೋಂಕು ತಗಲುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಒಂದು ಅಥವಾ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಗರ್ಭನಿರೋಧಕ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ವಿಧಾನ) ಸರಿಯಾದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು
3. **ಎಚ್‌ಐವಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆ ಸೇವೆಗಳ ವಿಸ್ತರಣೆ** • ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷಾ ಕೇಂದ್ರಗಳು, ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಇರುವ ಕೇಂದ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವುದು • ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮುನ್ನ ಆರೈಕೆಗೆ ಬಂದ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಇರುವವರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ರೆಫರ್ ಮಾಡುವುದು • ತಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಪ್ರೇರೇಪಣೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಸೆರೋನೆಗೆಟಿವ್ ಇರುವ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮುಂದೆ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು • ಸೆರೋಪಾಸಿಟಿವ್ ಇರುವ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ವಿ.ಸಿ.ಟಿ.ಸಿ.ಗಳ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು

ಕರಪತ್ರ 4.4: ಗರ್ಭನಿರೋಧಕ ಸಾಧನಗಳು ಮತ್ತು ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಪಾತ್ರ

ಗರ್ಭನಿರೋಧ ವಿಧಾನಗಳು	ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಆರ್‌ಟಿಐ	ವೈರಾಣು ಆರ್‌ಟಿಐ
ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು	ಸಂರಕ್ಷಕ ಸಾಧನ	ಸಂರಕ್ಷಕ ಸಾಧನ
ಸ್ಪರ್ಮಿಸೈಡಲ್	ಗರ್ಭಕೋಶಕಂಠ ಗೊನೋರಿಯಾದ ವಿರುದ್ಧ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ರಕ್ಷಣೆ	ರಕ್ಷಣೆಯ ಪುರಾವೆಗಳಿಲ್ಲ
ಡಯಾಫ್ರೇಮ್‌ಗಳು	ಗರ್ಭಕೋಶಕಂಠದ ಸೋಂಕುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ. ಯೋನಿಯ ಆ್ಯನೇರೊಬಿಕ್ ಅಧಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ	ಗರ್ಭಕೋಶಕಂಠದ ನಿಯೊಪ್ಲಾಸಿಯಾ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ
ಹಾರ್ಮೋನಲ್	ಅಧಿಕವಾದ ಗರ್ಭಕೋಶಕಂಠದ ಶ್ಲೆಮಿಡಿಯಾದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ. ಲಕ್ಷಣಸಹಿತ ಪಿಐಡಿ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ, ಆದರೆ ಗುರುತಿಸಲಾಗದ ಎಂಡೊಮೆಟ್ರಿಟಿಸ್	ಸಂರಕ್ಷಕವಲ್ಲ
ಐಯುಡಿ	ಹಾಕಿದ ಮೊದಲ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಪಿಐಡಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ	ಸಂರಕ್ಷಕವಲ್ಲ
ಫಲವಂತಿಕೆಯ ಅರಿವು	ರಕ್ಷಣೆಯ ಸಾಧನವಲ್ಲ	ಸಂರಕ್ಷಕವಲ್ಲ

ದ್ವಿಮುಖ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಕೆಳಗಿನ ಹಂತಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಯಾಗಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ

- ಒಂದು ನಿಗದಿತ ಭೌಗೋಳಿಕ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿಯ ಹರಡಿಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣದ ಕುರಿತು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅಲ್ಲಿನ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಯಾವ ಬಗೆಯ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.
- ತಾವು ಅಥವಾ ತಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಗಳು ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ವರ್ಗದಲ್ಲಿರುವವರು ಎಂದು ಭಾವಿಸುವ ಸ್ತ್ರೀಯರು ದ್ವಿಮುಖ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ತಕ್ಕವರು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು
- ಪುರುಷ ಕಾಂಡೋಮ್ ಒಂದೇ, ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಪ್ಪದೇ ಬಳಸಿದರೆ ಸೋಂಕು ಹಾಗೂ ಬೇಡವಾದ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದಿರಿ
- ಯಾರ ಗಂಡ ಅಥವಾ ಸಂಗಾತಿಯು ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅಂಥ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ, ಸ್ಪರ್‌ಮಿಸೈಡಲ್ ಜೊತೆಗೆ ಸ್ತ್ರೀಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಡಯಾಫ್ರೇಮ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ

ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ದ್ವಿತೀಯಕ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳು

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು.

ಕರಪತ್ರ 4.5 :

1. ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಮತ್ತು ಹೆರಿಗೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಸಂಭವವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು

1.1. ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು

ಎ. ಪೂರಕ ವಿಟಮಿನ್ ನೀಡಿಕೆ

- ತಾಯಿಗೆ ಪೂರಕ ಬಹುವಿಟಮಿನ್ ನೀಡುವುದರ ಮೂಲಕ, ಕಡಿಮೆ ತೂಕದ ಮಗುವಿನ ಜನನ, ತೀವ್ರ ಅಪ್ರಾಪ್ತತೆ, ಅಥವಾ ಅವಧಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮಗುವಿನ ಅಳತೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು- ಇಂಥ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಇಂಥ ಶಿಶುಗಳು, ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅವುಗಳು ಪ್ರಸವಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾದಲ್ಲಿ ಮರಣ ಹೊಂದುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ
- ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ -ಎಯನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು

ಬಿ. ಆ್ಯಮ್ನಿಯೋಸ್ಕೋಪಿ, ಫಿಟಲ್ ಸ್ಕಾಲ್ಪ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಡ್ಸ್, ಆ್ಯಮ್ನಿಯೋಸೆಂಟಿಸಿಸ್ ಇತ್ಯಾದಿ, ಗರ್ಭಕೋಶದ ಮೇಲೆ ನಡೆಸುವ ಅತಿಕ್ರಮಣ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ.

ಸಿ. ಆ್ಯಂಟಿರೆಟ್ರೊವೈರಾಣು ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ನಾವು ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸುವ ಕ್ರಮವೆಂದರೆ:

- ಭ್ರೂಣಕ್ಕೆ ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳಿಂದಾಗಿ ಆಗುವ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು, ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ ಮೊದಲ ತ್ರೈಮಾಸಿಕದಲ್ಲಿ ತಾಯಿಗೆ ಎಆರ್‌ಟಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಡಿ
- ನೆವಿರಾಪೈನ್ (ಎನ್‌ವಿಪಿ) 200 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ತಾಯಿಗೆ ಹೆರಿಗೆ ನೋವು ಆರಂಭವಾದಾಗ ಒಂದು ಡೋಸ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀಡುವುದು. ಮಗುವಿಗೆ ಜನ್ಮ ಪಡೆದ 72 ಘಂಟೆಗಳ ಒಳಗೆ ನೆವಿರಾಪಿನ್ ನೀಡಬೇಕು

ಬಿ. ಪೊರೆಗಳ ಅಪ್ರಾಪ್ತ ಛಿದ್ರತೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು

ಸಿ. ಪ್ರಸವದ ವಿಧಾನಗಳು

- ಯೋನಿ ಮಾರ್ಗದ ಹೆರಿಗೆಗಿಂತ ಐಚ್ಛಿಕ ಸಿಜೇರಿಯನ್ ಸೆಕ್ಷನ್ ಹೆಚ್ಚು ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ
- ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಮಿತಿಯಿಂದಾಗಿ (ಉಪಕರಣಗಳು, ಸಿಜೇರಿಯನ್ ಸೆಕ್ಷನ್ ನಡೆಸುವ ಅನುಭವವುಳ್ಳ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗುವ ವೆಚ್ಚ), ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ, ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಅತ್ಯಂತ ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ/ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಸಿದ ಯೋನಿಮಾರ್ಗದ ಹೆರಿಗೆಗಳು. ಇಂಥ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಎಪಿಸಿಯೋಟಮಿಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ
- ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಸಲುವಾಗಿ ಎಪಿಸಿಯಾಟಮಿಯಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಹೊಲಿಗೆಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ವೃತ್ತಿಸಂದರ್ಭದ ಸೋಂಕುಗಳನ್ನೂ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು

ಡಿ. ಯೋನಿ ಸೋಂಕುನಿವಾರಣೆಗಳು

- ಕ್ಲೋರೆಕ್ಸಿಡಿನ್ (0.25%) ದ್ರಾವಣದಿಂದ ಯೋನಿಯ ಸೋಂಕುನಿವಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದ ಕ್ರಮವಾಗಿದೆ. ಹರಿಗೆಯಾದ ಹೊಸದರಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಶಿಶು ಮರಣಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲೂ ಇದು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ

ಇ. ಹುಟ್ಟಿದ ತಕ್ಷಣ ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆ

- ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಸ್ರಾವಗಳು ಇದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಮಗು ನುಂಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು, ಮೊದಲು ಬಾಯಿಯಿಂದ, ಆ ನಂತರ ಮೂಗಿನಿಂದ ಅಂಥ ಸ್ರಾವಗಳನ್ನು ಹೀರಿ ತೆಗೆಯಬೇಕು
- ಹೊಕ್ಕಳು ಬಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇದಬೇಡಿ, ಮಿಡಿತಗಳು ನಿಂತ ಕೂಡಲೇ ಹೊಕ್ಕಳುಬಳ್ಳಿಯನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ
- ಮಗುವಿನ ದೇಹಕ್ಕೆ ತಾಗಿರುವ ರಕ್ತಸಿಕ್ತವಾದ ಸ್ರಾವಗಳನ್ನು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಸ್ವಚ್ಛ ಟವಲ್‌ನಿಂದ ಒರೆಸಿ ತೆಗೆಯಬೇಕು
- ಹುಟ್ಟಿದ 72 ಗಂಟೆಗಳ ಒಳಗಾಗಿ ಮಗುವಿಗೆ, ಸಿರಪ್ ನೆವಿರಪೈನ್‌ನ (ಕಿ.ಗ್ರಾಂ.ಗೆ 2 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.) ಒಂದು ಡೋಸ್‌ನ್ನು ನೀಡಬೇಕು

ಎಫ್. ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಮುಂದುವರಿದ ಆರೈಕೆ

ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಯಾವುದೇ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಹೆರಿಗೆಯ ನಂತರವೂ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಶಿಶುವಿನ ಮುಂದುವರಿದ ಆರೈಕೆಯು ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕು. ಜೊತೆ ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳ ಕುರಿತು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕು:

- ಶಿಶು ಮತ್ತು ಪುಟ್ಟ ಮಗುವಿನ ಆಹಾರ
- ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಹರಡಿಕೆ
- ಕುಟುಂಬ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸೇವೆಗಳ ಲಭ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಒದಗಿಸುವಿಕೆ
- ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಂಬಲ
- ಮಗುವಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಆಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು. 18 ತಿಂಗಳ ಒಳಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದರೆ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ
- ಸ್ತ್ರೀಯು ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಹೆರಿಗೆಯ ನಂತರ ಆಕೆ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ, ಶೀಘ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸುವ ಅಗತ್ಯ ಕುರಿತು ಆಕೆಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಬೇಕು

2. ಎದೆಹಾಲಿನ ಮೂಲಕ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು

I ಕರಪತ್ರ 4.6: ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿಯ ಎದೆಹಾಲಿನ ಮೂಲಕ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಕ್ರಮ (ಬಿಎಂಟಿ)

1. ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಮತ್ತು ಹೆರಿಗೆಯ ನಂತರದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು
2. ಎದೆಹಾಲು ಕುಡಿಸುವ ಉತ್ತಮ ವಿಧಾನಗಳ ಕುರಿತು ಹೇಳಿಕೊಡಿ (ಸರಿಯಾದ ಭಂಗಿ/ ಹಾಲೂಡಿಸುವ ಸೂಕ್ತವಾದ ವಿಧಾನ)

ಕೋಷ್ಟಕ 4.1: ಸರಿಯಾದ ಭಂಗಿ ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕ

ಮಗುವಿನ ಭಂಗಿ	ತಾಯಿಗೆ ತೋರಿಸಿ
ಭಂಗಿ ಸರಿಯಾಗಿರದಿದ್ದರೆ: • ಮಗುವಿನ ಹೊಟ್ಟೆಯು ತಾಯಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಯೊಂದಿಗೆ ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿ ತಾಗಿಲ್ಲ	**ಸರಿಯಾದ ಭಂಗಿ** • ಮಗು ತಾಯಿ ಕಡೆ ಮುಖ ಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ಆಕೆಗೆ ಹತ್ತಿರವಿದೆ. • ಮಗುವಿನ ಹೊಟ್ಟೆಯು ತಾಯಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಯೊಂದಿಗೆ ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿ ತಾಗಿದೆ
ಮೊಲೆಯೊಂದಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿಲ್ಲ: • ಮಗು ಸ್ಟ್ರಾ ಹೀರುತ್ತಾ ಇದೆ ಏನೋ ಅನ್ನುವಂತಿರುತ್ತದೆ • ಮಗುವಿನ ಬಾಯಿಯು ತೊಟ್ಟಿನ ಸುತ್ತಲಿನ ಭಾಗವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿರುವುದಿಲ್ಲ	**ಸರಿಯಾದ ಸಂಪರ್ಕ** • ಮಗುವಿನ ಕೆನ್ನೆಯು ಮೊಲೆಗೆ ತಾಗುತ್ತಿದೆ • ಮಗುವಿನ ಬಾಯಿಯು ಮೊಲೆ ತೊಟ್ಟಿನ ಸುತ್ತ ಇರುವ ಗಾಢವರ್ಣದ ಭಾಗವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿದೆ • ಮಗುವಿನ ತುಟಿಗಳು ಹೊರಮುಖವಾಗಿ ತಿರುಗಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ

II. ಕರಪತ್ರ

4.7: ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿಯು ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಆಹಾರ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು

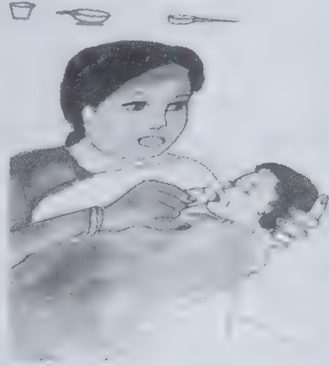
- ಎದೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದರ ಲಾಭಗಳ ಕುರಿತು ವಿವರಿಸಿ
- ತಾಯಿಯನ್ನು ಮಾತಾಡಿಸಿ, ಆಕೆಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಆಗಿರುವ ವಿಚಾರ ತಿಳಿದಿದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವ ಸ್ತ್ರೀಗೆ ಮೊಲೆಯೂಡಿಸುವುದರಿಂದ ಇರುವ ಅಪಾಯಗಳ ಕುರಿತು ವಿವರಿಸಿ (ಕೋಷ್ಟಕ 4.2 ನೋಡಿ)
- ಕೃತ್ತಿಮ ಆಹಾರ ನೀಡುವುದರ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ

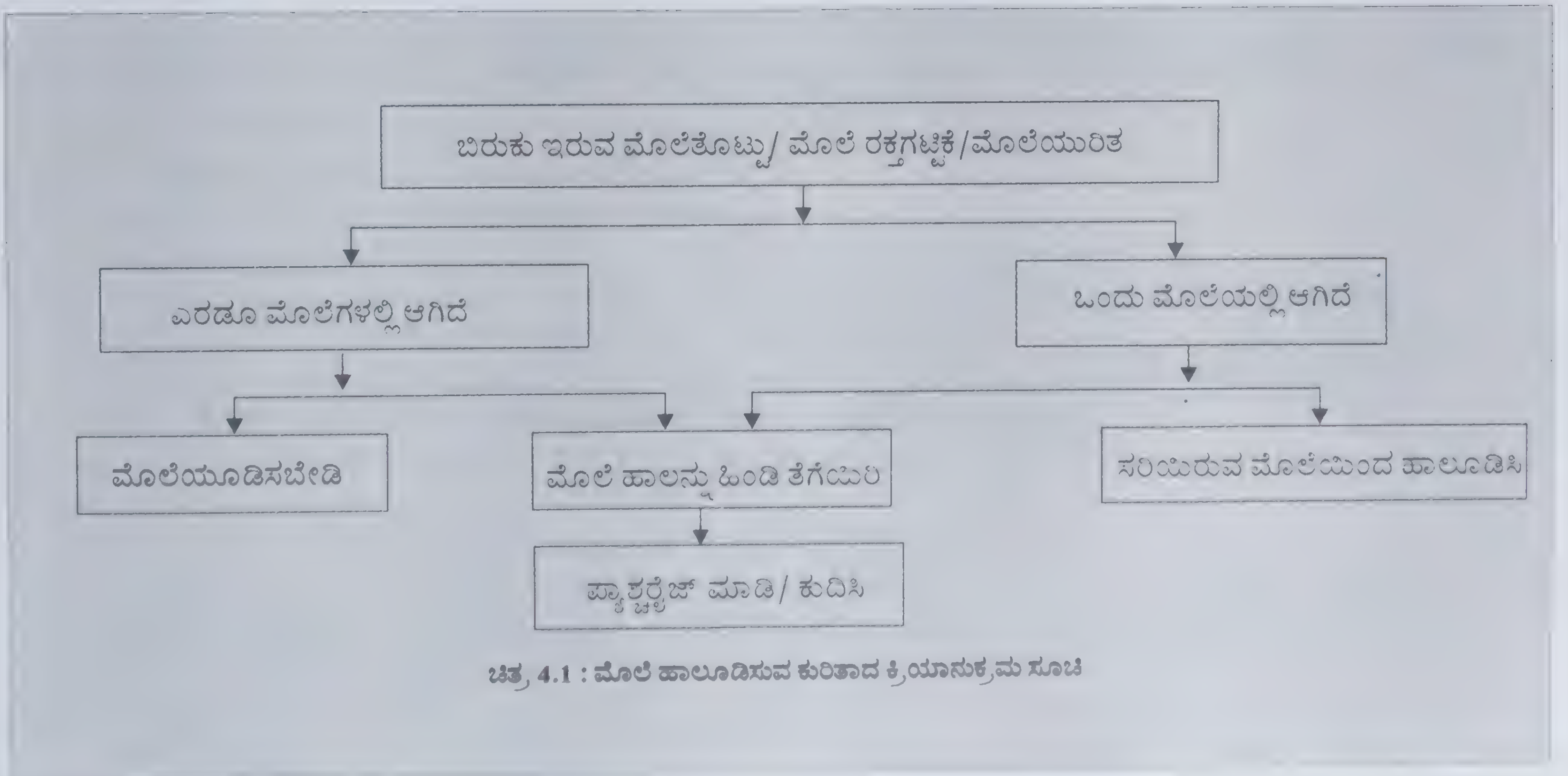
ಕೋಷ್ಟಕ 4.2: ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಎದೆಹಾಲೂಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಇರುವ ಆಯ್ಕೆಗಳು

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿ ಆಗಿದ್ದರೆ	ಆಕೆಗೆ ಹೀಗೆ ಆಪ್ತಸಲಹೆ ನೀಡಿ
ಎದೆ ಹಾಲೂಡಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಬಯಸಿದರೆ... ಮತ್ತು ಹಸುವಿನ ಹಾಲು ಅಥವಾ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡಲು ಒಪ್ಪಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದ್ದರೆ......	• ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಮ್ ನೀಡಬೇಕು • ಜನಿಸಿದ 30 ನಿಮಿಷದ ಒಳಗೆ ಮೊಲೆಹಾಲು ಕುಡಿಸಬೇಕು • ಮೊಲೆ ಹಾಲನ್ನು ಮಾತ್ರ, 3 ತಿಂಗಳು ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಕಾಲ ಕುಡಿಸಬೇಕು • ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಅಥವಾ ತಪ್ಪದೇ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು • ಮೊಲೆಹಾಲಿನ ಜೊತೆ ನೀರು ಅಥವಾ ಇತರ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡಬಾರದು • ಪ್ಯಾಸಿಫೈಯರ್ಸ್ ಬಳಸಬಾರದು • ನಿಯತವಾಗಿ ಎದೆಹಾಲೂಡಿಸಬೇಕು • 3 ತಿಂಗಳು ಅಥವಾ ಇನ್ನೂ ಮುಂಚೆ ತಕ್ಷಣ ಹಾಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು • ಹಸುಹಾಲು ಮಾತ್ರ ಅಥವಾ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರವನ್ನು 3 ತಿಂಗಳಿಂದ (ಇನ್ನೂ ಮುಂಚಿನಿಂದ) 6 ತಿಂಗಳ ವರೆಗೆ ನೀಡಬೇಕು • ಹಸುವಿನ ಹಾಲು ಅಥವಾ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಪೂರಕ ಆಹಾರವನ್ನು (ರಾಗಿ/ ಅಕ್ಕಿ ಇತ್ಯಾದಿ.) 6 ತಿಂಗಳಿಂದ 24 ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ನೀಡಿ • **ಬೇರೆ ಆಹಾರದ ಜೊತೆ ಮೊಲೆ ಹಾಲನ್ನು ಯಾವಾಗಲು ಬೆರೆಸಬಾರದು**

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿ ಆಗಿದ್ದರೆ	ಆಕೆಗೆ ಹೀಗೆ ಆಪ್ತಸಲಹೆ ನೀಡಿ
ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕೊಡದೇ ಇರುವುದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರವನ್ನು ಅಥವಾ ದನದ ಹಾಲನ್ನು ನೀಡಲು ಸಮ್ಮತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದೆ.	• ಹುಟ್ಟಿದ ದಿನದಿಂದ ಆರು ತಿಂಗಳ ವರೆಗೆ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರವನ್ನು ಅಥವಾ ದನದ ಹಾಲನ್ನು ಬಳಸಿ • 6 ರಿಂದ 24 ತಿಂಗಳ ವರೆಗೆ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರವನ್ನು ಅಥವಾ ದನದ ಹಾಲನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಪೂರಕ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡಿ • ಆಹಾರ ನೀಡುವಾಗ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ
ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕೊಡ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರವನ್ನು ಅಥವಾ ದನದ ಹಾಲನ್ನು ನೀಡಲು ಸಮ್ಮತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.	• 6 ತಿಂಗಳು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯ ವರೆಗೆ ಕೇವಲ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನಷ್ಟೇ ನೀಡಿರಿ (ಔಷಧಿಯ ಹೊರತಾಗಿ ಇನ್ಯಾವುದೇ ಆಹಾರ, ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಡಿ) • ಆರು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಒಂದೇ ಸಲಕ್ಕೆ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ನೀಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಡಿ. • ಹಣ್ಣಿನ ರಸ, ಮೊಸರು, ಸಕ್ಕರೆ ನೀರು, ಕೆನೆ ತೆಗೆದ ಹಾಲು ಅಥವಾ ಸಿಹಿ ಸಾಂದ್ರೀಕೃತ ಹಾಲು ಇವು ಯಾವವನ್ನೂ 6 ತಿಂಗಳಿಗಿಂತ ಮುಂಚೆ ನೀಡಬಾರದು. • 6 ರಿಂದ 24 ತಿಂಗಳ ವರೆಗೆ ಪೂರಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಿರಿ • ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗವನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿ ಸಲ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ತಪ್ಪದೇ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸಿರಿ

ಮೊಲೆ ತೊಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಬಿರುಕು ಇದ್ದರೆ, ಮೊಲೆಯುರಿ ಅಥವಾ ಊತ ಇದ್ದರೆ, ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವ ಮತ್ತು ತಮಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಆಗಿರುವುದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಶಿಶುವಿಗೆ ಮೊಲೆಹಾಲನ್ನು ನೀಡದೇ ಇರಲು ಹೇಳಿ. ಚಿತ್ರ 4.1 ರಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ಕ್ರಿಯಾನುಕ್ರಮ ಸೂಚಿಯನ್ನು ನೋಡಿ.





ಚಿತ್ರ 4.1 : ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವ ಕುರಿತಾದ ಕ್ರಿಯಾನುಕ್ರಮ ಸೂಚಿ

III ಕರಪತ್ರ

4.8: ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿಗೆ, ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ತಗಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದರ ಕುರಿತು ಸಹಾಯಮಾಡುವುದು

1. ಮೊಲೆಹಾಲನ್ನು ಯಾವಾಗ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಲಿಯಲು ತಾಯಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ ಕೋಷ್ಟಕ

4.3: ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸಲು ಇರುವ ಆಯ್ಕೆಗಳು

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ತಾಯಿ ಆಗಿದ್ದರೆ	ಆಕೆಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳಬೇಕು
ಹಸುವಿನ ಹಾಲು ಅಥವಾ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರ ಬಳಸಲು ಒಪ್ಪಿದರೆ ಮತ್ತು ಆಕೆಗೆ ಆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದ್ದರೆ....	ಶಿಶುವಿಗೆ 3 ತಿಂಗಳು ಆಗಿರುವಾಗ ತಕ್ಷಣ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು
ಹಸುವಿನ ಹಾಲು ಅಥವಾ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶಿಶು ಆಹಾರ ಬಳಸಲು ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಆಕೆಗೆ ಆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿಲ್ಲದ್ದರೆ....	ಶಿಶುವಿಗೆ 6 ತಿಂಗಳು ಆಗಿರುವಾಗ ತಕ್ಷಣ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು

2. ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ತಕ್ಷಣ ನಿಲ್ಲಿವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿ

ಕೋಷ್ಟಕ 4.4: ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ತಕ್ಷಣ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು

ಹಂತಗಳು
ಕೋಷ್ಟಕ 4.5ರಲ್ಲಿನ ವಿವರದಂತೆ ತಾಯಿಯು ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಿದರೆ ಮೊಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಹಾಲನ್ನು ಹಿಂಡಿ, ಅದನ್ನು ಲೋಟ / ಒಳಲೆ / ಚಮಚ ಬಳಸಿ ನೀಡಬೇಕು; ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹಗಲು ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ
ರಾತ್ರಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೂ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ತಾಯಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ
ಎರಡು ವಾರದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಲೋಟಾದಲ್ಲಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗಿ
ಹಸುವಿನ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸಲು ಹೇಗೆ ಸಿದ್ಧಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಾಯಿಗೆ ಕಲಿಸಿಕೊಡಿ
ಮೊಲೆ ಹಾಲೂಡಿಸುವುದನ್ನು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ತಾಯಿಗೆ ಮೊಲೆ ಹಾಲು ನೀಡುವ ಬದಲು ಹಸುವಿನ ಹಾಲನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ನೀಡಲು ಪ್ರೇರೆಪಿಸಿ
ಮಗುವಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸಿ (ಕೋಷ್ಟಕ 4.5 ನೋಡಿ)

ಕೋಷ್ಟಕ 4.5 : ಮಗುವಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕಾದ ಹಾಲಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಕುರಿತು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು

ಮಗುವಿನ ತೂಕ	ಅಥವಾ ಮಗುವಿನ ವಯಸ್ಸು	ನೀಡಬೇಕಾದ ಹಾಲಿನ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ತಾಯಿಗೆ ಹೇಳಿ
3 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ.	1 ತಿಂಗಳು	• 24 ಗಂಟೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 450 ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ನೀಡಬೇಕು • ಒಂದು ಸಲಕ್ಕೆ 60 ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ಕೊಡಬೇಕು • 24 ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 8 ಬಾರಿ ಕೊಡಬೇಕು
4 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ.	2 ತಿಂಗಳು	• 24 ಗಂಟೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 600 ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ನೀಡಬೇಕು • ಒಂದು ಸಲಕ್ಕೆ 90 ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ಕೊಡಬೇಕು • 24 ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 7ಬಾರಿ ಕೊಡಬೇಕು
5 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ.	3-4 ತಿಂಗಳು	• 24 ಗಂಟೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 750 ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ನೀಡಬೇಕು • ಒಂದು ಸಲಕ್ಕೆ 120 ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ಕೊಡಬೇಕು • 24 ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 6 ಬಾರಿ ಕೊಡಬೇಕು
6 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ.	5-6 ತಿಂಗಳು	• 24 ಗಂಟೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 900ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ನೀಡಬೇಕು • ಒಂದು ಸಲಕ್ಕೆ 150 ಮಿ.ಲೀ. ಹಾಲು ಕೊಡಬೇಕು • 24 ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 6 ಬಾರಿ ಕೊಡಬೇಕು

ಗಮನಿಸಿ: 1. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಾಲು ಕುಡಿಯುತ್ತವೆ; ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಹಾಗಲ್ಲ. ಮೇಲಿನ ಕೋಷ್ಟಕದಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಿರುವ ಪ್ರಮಾಣಗಳು ಬರೀ ಒಂದು ಸೂಚನೆಯಷ್ಟೆ.

2. ಸರಿಯಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿದ ಮಗುವಿನ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು 24 ಗಂಟೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 7 ರಿಂದ 8 ಬಾರಿ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

IV ಕರಪತ್ರ 4.9:

ತನ್ನ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ತಾಯಿಗೆ, ತನ್ನ ಮಗುವನ್ನು ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು

1. ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ಏನು ಗೊತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಕೇಳಿರಿ.
2. ತನ್ನ ಎಚ್ ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಆಸಕ್ತಿಯಿದೆಯೇ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಕೇಳಿ.
3. ಆಕೆ 'ಹೌದು' ಎಂದರೆ, ಆಕೆಯನ್ನು ಹತ್ತಿರದ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಪರೀಕ್ಷಾ ಮತ್ತು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನಾ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕಳಿಸಿಕೊಡಿ.
4. ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ತಾಯಿಯಿಂದ ಆಕೆಯ ಮಗುವಿಗೆ ಎದೆ ಹಾಲಿನ ಸೇವನೆಯ ಮೂಲಕ ಹರಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಆಕೆಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿ.
5. ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವುದು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯೆಂಬುದನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿ. ತಾಯಿಯ ಎಚ್ ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯು ನೆಗೆಟಿವ್ ಆಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಆಕೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದೇ ಇದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿ ಹೀಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ:
   - 6 ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಕೇವಲ ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಿ
   - 6 ರಿಂದ 24 ತಿಂಗಳ ವರೆಗೆ, ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ, ಮತ್ತು ಪೂರಕ ಆಹಾರವನ್ನೂ ನೀಡಿ
   - ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಾಗದಂತೆ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು:
     - ಸಂಯಮ ಅಥವಾ
     - ಸಂಭೋಗ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪದೇ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವುದು
   - ಕೃತ್ರಿಮ ಆಹಾರ ನೀಡುವುದರ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯ ಕುರಿತು ವಿವರಿಸಿ
6. ಎಚ್ ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಎದೆ ಹಾಲು ಕುಡಿಸುವುದರ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಕುರಿತು ವಿವರಿಸಿ. ಮತ್ತು
   - ಕೇವಲ ಎದೆ ಹಾಲು ನೀಡಿಕೆ ಎಂದರೆ, ಮಗುವಿಗೆ ಎದೆ ಹಾಲಿನ ಹೊರತು ಇನ್ಯಾವುದೇ ಆಹಾರ, ಪಾನೀಯ ಅಥವಾ ನೀರನ್ನೂ ನೀಡದೇ ಇರುವುದು (ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಿದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು) ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಿ
   - ಎಚ್ ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಜನಿಸಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಿಶ್ರ ಆಹಾರವನ್ನು (ಎದೆ ಹಾಲು, ಜೊತೆಗೆ ಇತರ ಆಹಾರಗಳು ಮತ್ತು ಪಾನೀಯಗಳು) ನೀಡುವುದು ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ
   - ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಲು ಆಕೆಗೆ ಹೇಳಿ

ಅನುದ್ದೇಶಿತ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಕುರಿತು ಗಮನವಿರಲಿ ....

ಎಚ್ ಐವಿ ಆಗಿರದ ಅಥವಾ ಎಚ್ ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿ ತಿಳಿದಿಲ್ಲದ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ, ಸೋಂಕಿತ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಎದೆಹಾಲಿನ ಮೂಲಕ ಎಚ್ ಐವಿ ಹರಡುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದಾಗ ಆಕೆಯ ಮೇಲೆ ಅದು ಬೀರುವ ಅನುದ್ದೇಶಿತ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಕುರಿತು ಗಮನವಿರಬೇಕು. ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಉಣಿಸುವ ಲಾಭಗಳ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಬೇಕು.

5 ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು - ಎಸ್‌ಟಿಐ / ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವಾಗ

ಪೀಠಿಕೆ

ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಎಚ್‌ಐವಿಯು, ರೋಗಿಯಿಂದ ರೋಗಿಗೆ, ರೋಗಿಯಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಂದ ರೋಗಿಗೆ ಹರಡಬಹುದು. ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದಿಂದ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಿದ್ದು, ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯು ಅನುಸರಿಸುವ ನಿಗದಿತ ಕ್ರಮಗಳು ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣ ವಿಧಾನಗಳಾಗಿವೆ. ಇವುಗಳ ಅನುಸರಣೆಯಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ನಡುವೆ ಅಥವಾ ಅವರ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿನ ಸಂಭವಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು. ರೋಗಿಗಳ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾಸಿಬ್ಬಂದಿ ಇಬ್ಬರ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ, ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು, ಕಸದ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಪೋಸ್ಟ್ ಇನ್‌ಪೆಕ್ಷನ್ ಪ್ರೊಫಿಲ್ಯಾಕ್ಸಿಸ್)-ನಂಥ ಸೋಂಕು ನಿಯಂತ್ರಣದ ಸೂಕ್ತ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು:

ತರಬೇತಿಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಗಳು:

- ರೋಗಿಗಳ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರಬಹುದಾದ ಸಾಮಗ್ರಿಯ ನಿಭಾವಣೆಯಲ್ಲಿ, ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸೌಕರ್ಯಗಳ ಮಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವಾಗ ಬಳಸಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸೋಂಕುನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಮಾಡಿತೋರಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ಇಡಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರಬಹುದಾದ ದೇಹದ್ರವಗಳಿಂದ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಅಗತ್ಯವಾಗಿವೆ
- ದೇಹದ್ರವದ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವವರು ರಕ್ತದ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ
- ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾಕರ್ತರು ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳು ಎಲ್ಲರೂ ಸೋಂಕು ತಗಲುವ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ
- ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಕುರಿತು ಸರಿಯಾದ ಅರಿವು ಇದ್ದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಬಹುದು

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ವೈರಸುಗಳು ಹರಡುವ ಅಪಾಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಕೆಳಗಿನಂತಿದೆ:

• ಎಚ್‌ಐವಿ	- ಚರ್ಮದ ಸಂಪರ್ಕ	: 0.05 - 0.4%
• ಎಚ್‌ಐವಿ	- ಲೋಳ್ಪೊರೆ ಸಂಪರ್ಕ	: 0.006 - 0.05%
• ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಬಿ ವೈರಾಣು (ಎಚ್‌ಬಿವಿ)	- ಚರ್ಮದ ಸಂಪರ್ಕ	: 9 - 30%
• ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಸಿ ವೈರಾಣು (ಎಚ್‌ಸಿವಿ)	- ಚರ್ಮದ ಸಂಪರ್ಕ	: 3 - 10%

ಆದ್ದರಿಂದ, ಈ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ನಾವು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಎಂದರೇನು?

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಎಂದರೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾಕರ್ತರನ್ನು ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಹರಡುವ ಎಚ್‌ಐವಿ ಅಥವಾ ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಬಿ ಮತ್ತು ಸಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ರೂಪಿಸಲಾಗಿರುವ ಕೆಲವು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು.

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಮೂಲಭೂತ ನಿಯಮಗಳು

- ಎಲ್ಲ ರೋಗಿಗಳು/ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸೋಂಕನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವವರು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರೋಗವನ್ನಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿದೆ ಎನ್ನುವ ಊಹನೆಯನ್ನಾಗಲೀ ಗಮನಿಸಬೇಡಿ
- ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ರಕ್ತ, ದೇಹದ್ರವಗಳು ಮತ್ತು ಅಂಗಾಂಶಗಳು ಕಲುಷಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ
- ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿರದ ಸೂಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಹರಿತ ವಸ್ತುಗಳು ಕಲುಷಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಪರಿಗಣನೆ
- ಯಾವುದೇ ಕ್ರಮ ಆರಂಭ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ಸಂಭವನೀಯ ಅಪಾಯವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ
- ಬಳಸಿರುವ ತಡೆ ರಕ್ಷೆ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಾದದ್ದಿರಲಿ

ದೇಹದ್ರವಗಳು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು

ಕೋಷ್ಟಕ 5.1: ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಅದರ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದ ದೇಹದ್ರವಗಳು

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ	ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ
ಸೋಂಕುಳ್ಳ ದೇಹದ್ರವಗಳು ಅಥವಾ ಸ್ರಾವಗಳು • ರಕ್ತ • ವೀರ್ಯ • ಯೋನಿ ಸ್ರಾವಗಳು • ರಕ್ತದ ಕಲೆಇರುವ ಯಾವುದೇ ದೇಹದ್ರವ **ಸೋಂಕು ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲ ಯಾವುದೇ ದೇಹದ್ರವ ಅಥವಾ ಸ್ರಾವ** • ಗರ್ಭದ ಒಳಗವಚದ ದ್ರವ • ಮೊಲೆ ಹಾಲು • ಸಿಎಸ್ಎಫ್ • ಹೃದಯಾವರಣದ ದ್ರವ • ಜಠರದ ಒಳಚರ್ಮದ ದ್ರವ • ಶ್ವಾಸಕೋಶಾವರಣದ ದ್ರವ • ಕೀವು • ಸಂದಿದ್ರವ	**ಸೋಂಕು ಇಲ್ಲದ ದೇಹದ್ರವಗಳು ಅಥವಾ ಸ್ರಾವಗಳು** • ಮಲ • ಮೂಗಿನ ಸ್ರಾವಗಳು • ಜೊಲ್ಲು • ಉಗುಳು • ಬೆವರು • ಕಣ್ಣೀರು • ಮೂತ್ರ • ವಾಂತಿ (ಇವು ರಕ್ತಸಿಕ್ತವಾಗಿರದಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ)

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಅಂಶಗಳು

1. ರಕ್ಷಕ ತಡೆಗಳ ಆಯ್ಕೆ

ಗ್ಲೌಸುಗಳು: ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳು ತಮ್ಮ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಗ್ಲೌಸುಗಳು ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ, ಸೋಂಕಿನ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕವಾಗಿರುವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಬಲ್ಲುದು.



ಚಿತ್ರ 5.1: ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ತೆಗೆಯುವ ಕ್ರಮಗಳು

ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು

- ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ಸ್ವಚ್ಛಮಾಡುವಾಗ ಮತ್ತು ಮಲಿನ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವಾಗ ದಪ್ಪ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ತೊಡಬೇಕು
- ರೋಗಿಯ ಬೆಡ್ ಬದಿಯಿಂದ ತೆರಳುವ ಮುನ್ನವೇ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ
- ಒಬ್ಬ ರೋಗಿಯಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ರೋಗಿಯ ಬಳಿ ಹೋಗುವ ಮುನ್ನ ಮತ್ತು ಎರಡು ಕ್ರಮಗಳ ನಡುವೆ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ

ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲವು ಕಾರ್ಯಗಳು

- ರಂಧ್ರಗಳುಳ್ಳ ಅಥವಾ ಹರಿದಿರುವ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ
- ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಂಡೇ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಬೇಡಿ
- ಬಳಸಿ ಬಿಸಾಕುವ ಮಾದರಿಯ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಎರಡನೇ ಬಾರಿ ಬಳಸಬೇಡಿ

ಮುಖವಾಡಗಳು

- ರಕ್ತದ ಹನಿಗಳು ಮತ್ತು ದೇಹದ್ರವಳಿಂದ ಕಣ್ಣು, ಮೂಗು ಅಥವಾ ಬಾಯಿ ಕಲುಷಿತಗೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಮುಖ ಮುಚ್ಚುವ ಮುಖವಾಡಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ
- ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗನ್ನು ಮರೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಪ್ರತಿ ಕ್ರಮದ ನಂತರವೂ ಅಥವಾ ಕಲುಷಿತಗೊಂಡರೆ ಕೂಡಲೇ ಮುಖವಾಡಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸಿ

ಕಣ್ಣು ರಕ್ಷಕಗಳು

- ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಎದುರುಗಡೆ ಮತ್ತು ಬದಿಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುವಂಥ ರೀತಿಯ ಕನ್ನಡಕಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ
- ಕನ್ನಡಕಗಳು ನಿಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಯ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಬರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅವು ಕಿರಿಕಿರಿ ಉಂಟುಮಾಡದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಕನ್ನಡಕಗಳು ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೂಡುವಂತೆ ಮತ್ತು ಮುಖದ ಚರ್ಮದೊಂದಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ

ರಕ್ಷಕ ಉಡುಪುಗಳು

ಕೆಲಸ ಮುಗಿಸಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಡುವ ಮುನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ರಕ್ಷಕ ಉಡುಪುಗಳು ಮತ್ತು ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆಯಬೇಕು ಅಥವಾ ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡಿ ಇಡಬೇಕು.

ಗೌನುಗಳು:

- ಗೌನುಗಳ ಒಳಗೆ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಅ್ಯಪ್ರಾನನ್ನು ಧರಿಸಿ
- ದೇಹದ ಒಳ ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಕೈಯಾಡಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬರುವ ಕ್ರಮಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೋಗುವ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಇದ್ದಾಗ ಅಭೇದ್ಯವಾದ (ದ್ರವವು ಒಳಗೆ ಇಂಗದಂತೆ ತಡೆಯುವ), ಪೂರ್ತಿ ತೋಳಿನ ಗೌನುಗಳನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ

ಶೂಗಳು:

- ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಹೆರಿಗೆ ನಡೆಸುವ ಕೋಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಪಾದದ ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮುಚ್ಚುವ ರೀತಿಯ, ಅಭೇದ್ಯವಾದ ಶೂಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ರಕ್ಷಣಾ ಕವಚಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ರೀತಿ, ವಿಧಾನವು ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗುವುದರ ಮೊತ್ತದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಕರಪತ್ರ 5.1: ವಿವಿಧ ಆರೈಕೆ ಕ್ರಮಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಅಪಾಯದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು

ಸಂಪರ್ಕದ ಸ್ವರೂಪ	ಉದಾಹರಣೆಗಳು	ಅಗತ್ಯವಾದ ರಕ್ಷಣೆ
ಕಡಿಮೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ	ಹಾಸಿಗೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು, ಬೆನ್ನಿನ ಆರೈಕೆ, ಸ್ಪಾಂಜ್ ಸ್ನಾನ, ಬಾಯಿಯ ಆರೈಕೆ, ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಗಾಯಗಳ ಪಟ್ಟಿ, ಕ್ಯಾತೆಟರ್ ಆರೈಕೆ, ಪೆರಿನಿಯಲ್ ಆರೈಕೆ, ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳು, ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಹಿಂಡಿ ತೆಗೆಯುವುದು, ಮೃತ ದೇಹಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು, ಬೆನ್ನುಹುರಿ ದ್ರವ ತೆಗೆಯುವುದು	ಗ್ಲೌಸುಗಳು ಸಹಾಯಕ. ಆದರೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಲ್ಲ. ಬೆನ್ನು ಹುರಿ ದ್ರವ ತೆಗೆಯುವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಗ್ಲೌಸ್ ಮತ್ತು ಮುಖವಾಡವನ್ನು ಬಳಸಿರಿ
ಮಧ್ಯಮ ಅಪಾಯಕಾರಿ	ಐವಿ ಸೂಜಿಯನ್ನು ಹಾಕುವುದು ಮತ್ತು ತೆಗೆಯುವುದು , ಒಳಯೋನಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆ, ದೊಡ್ಡ ತೆರೆದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಪಟ್ಟಿ, ಚೆಲ್ಲಿದ ರಕವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು, ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು, ಹೀರಿಕೆಗಳು, ಶ್ವಾಸನಾಳದಲ್ಲಿ ನಾಳತೂರಿಕೆ	ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿರಿ ಮತ್ತು ನೀರು ತೂರದ ಅಪ್ರಾನ್‌ಗಳು ಸಹಾಯಕ. ಗ್ಲೌಸುಗಳು, ಅಪ್ರಾನ್, ಕಣ್ಣು ರಕ್ಷಕ, ಮುಖವಾಡ - ಇವು ಶ್ವಾಸನಾಳದಲ್ಲಿ ನಾಳತೂರಿಕೆಯ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯ
ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಕಾರಿ	ಹೆರಿಗೆ ಮಾಡಿಸುವುದು, ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬಾರದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ	ಗ್ಲೌಸುಗಳು, ನೀರುತೂರದ ಅಪ್ರಾನ್, ಮುಖವಾಡಗಳು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣು ರಕ್ಷಕಗಳು ಅಗತ್ಯ

2. ನಮ್ಮನ್ನ ನಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಸೋಂಕನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯುಳ್ಳ ಅಥವಾ ಸೋಂಕನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲ ದೇಹದ್ರವಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಅಪಾಯವಿದ್ದಾಗ

- ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ
- ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ
- ನೀರು ತೂರದ ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿದ ಗ್ಲೌಸನ್ನು ತೊಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳ ಒಡೆದ ಚರ್ಮವನ್ನು ಮುಚ್ಚುವ ತನಕ ರೋಗಿಯ ನೇರ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಡಿ
- ನಿಮ್ಮ ಕೈಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಒಡಕು ಅಥವಾ ಗಾಯ ಇದ್ದರೆ ಕೈಗಳನ್ನು ಬ್ರಷ್‌ನಿಂದ ಉಜ್ಜಲೇ ಬೇಡಿ
- ನಿಯತವಾಗಿ ಕೈತೊಳೆಯುವುದರ ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮವಾದ ಮೂಲಭೂತ ನೈರ್ಮಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ

ಎ. ಕೈತೊಳೆಯುವುದು: ಯಾವುದೇ ಆರೈಕೆ ಕ್ರಮವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವಾಗ, ಮುಂಚೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಸೂಕ್ತವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಯನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಮಹತ್ವವನ್ನು ನೀಡಿ. ಚಿತ್ರ 5.2ರಲ್ಲಿ ಕ್ರಮದ ಹಂತಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.



ಚಿತ್ರ 5.2 ಕೈತೊಳೆಯುವ ಕ್ರಮದ ಹಂತಗಳು

3. ಆಕಸ್ಮಿಕಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು

- ಯಾವಾಗಲೂ, ಸುಲಭವಾಗಿ ತೂತಾಗದಂಥ ವಿಲೇವಾರಿ ಧಾರಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿರಿ
- ಧಾರಕಗಳಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿರುವ, ಬಳಸಿದ ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಸೋಂಕು ನಿವಾರಿಸಿ
- ಮೂಲದಲ್ಲಿಯೇ ಕಸವನ್ನು ಅದರ ಸ್ವಭಾವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ
- ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ಸೂಕ್ತವಾದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಿ ಅದನ್ನು ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿ
- ಸಾಧ್ಯವಾದಲ್ಲಿ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡಬಹುದಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇನ್ ಸಿನರೇಟ್ ಮಾಡಿ
- ಕಸದ ಧಾರಕಗಳನ್ನು ತುಳುಕುವಂತೆ ತುಂಬಬೇಡಿ
- ಕಸದ ಧಾರಕಗಳಲ್ಲಿ ಕೈ ಹಾಕಬೇಡಿ
- ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೊಲಿಗೆ ಹಾಕುವಾಗ, ಇಕ್ಕಳಗಳು ಮತ್ತು ಸೂಜಿ ಹಿಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ಗಾಯ ಆಗದ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ
- ವಿಲೇವಾರಿ ಧಾರಕಗಳನ್ನು ಕೆಲಸದ ಜಾಗದಲ್ಲಿಯೆ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿಯೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ

ಎ. ಬಳಸಿದ ಸೂಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಿರಿಂಜುಗಳ ನಿಭಾವಣೆ

- ಬಳಸಿ ಎಸೆಯುವ ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಬಾಗಿಸಬೇಡಿ/ಮುರಿಯಬೇಡಿ
- ಸೂಜಿಗಳ ಟೋಪಿಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ತೊಡಿಸಬೇಡಿ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದೇ ಆದರೆ, ಒಂದೇ ಕೈಯ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಿ, ಕೆಳಗೆ ಸೂಚಿಸಿದ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ:
  - ಸೂಜಿಯ ಟೋಪಿಯನ್ನು ಟೇಬಲ್ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ
  - ಸೂಜಿಯ ಮಧ್ಯಭಾಗವನ್ನು ಬಲಗೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು, ಸೂಜಿಯ ತುದಿಯನ್ನು ಟೋಪಿಯಲ್ಲಿ ತಳ್ಳಿ
  - ನಂತರ, ಸೂಜಿಯನ್ನು ಟೋಪಿಯ ಸಹಿತ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಎತ್ತಿ
  - ಸೂಜಿಯ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಟೋಪಿಯನ್ನು ಎಡಗೈಯಿಂದ ಕೂಡಿಸಿ
- ಬಳಸಿದ ಸೂಜಿಗಳು/ಹರಿತ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಳವಿರುವ ಲೋಹದ ಟಿನ್, ದಪ್ಪ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಾಟಲ್ ಅಥವಾ ಡಬ್ಬಿ-ಇಂಥ ಹರಿಯದಂಥ/ತೂತಾಗದಂಥ ಧಾರಕದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಡಿ
- ಸೂಕ್ತವಾದ ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ನಂತರ ಎಲ್ಲ ಸೂಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಬಾರಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಿರಿ
- ಬಳಸಿ ಎಸೆಯುವ ಸಿರಿಂಜುಗಳು ಮತ್ತು ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಬಳಸಿ, ಈ ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡಿಬಿಡಿ

4. ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿಯ ತಂತ್ರಗಳ ಸಮರ್ಪಕ ಬಳಕೆ

ಸೂಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಲು ಸೋಂಕುನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಾರದು. ಏಕೆಂದರೆ, ಅವು ವಿಶ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟು ಯೋಗ್ಯವಲ್ಲ. ಟೇಬಲಿನ ಮೇಲ್ಮೈಯನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿದ ರಕ್ತವನ್ನು ಒರೆಸಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಬ್ಲೀಚ್ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ

ಬ್ಲೀಚ್ : ನೀರು = 1 : 9

- ಬಳಕೆಗೆ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳ ಮುಂಚೆ ತಯಾರಿಸಿರಿ
- ಕನಿಷ್ಠ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿರಿ
- ತುಂಬಾ ಕಲುಷಿತವಾಗಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇಡೀ ರಾತ್ರಿ ನೆನೆಸಿರಿ
- ಸೂಜಿಗಳು, ಕತ್ತರಿಗಳು, ಇಕ್ಕಳಗಳು, ಸ್ಕಾಲ್ಪೆಲ್ಲುಗಳು ಮುಂತಾದ ಲೋಹದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೆನೆಸಬೇಡಿ
- ಧಾರಕವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡಿ

ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

- ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆಗೆ ತೊಡಗುವ ಮುನ್ನ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ
- ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆಯ ಕ್ರಿಯೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಲೋಹದ ಉಪಕರಣಗಳಿಗೆ ತಾಗಿರುವ ಬ್ಲೀಚ್ H_2Oನಿಂದ ತೊಳೆದು ತೆಗೆಯಿರಿ, ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಅವು ತುಕ್ಕು ಹಿಡಿಯುತ್ತವೆ
- ಮಲಿನಗೊಂಡ ಅಥವಾ ರಕ್ತ ತಾಗಿದ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳು, ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಶೀಟುಗಳು ಅಥವಾ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಕುದಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಸೋಂಕುನಿವಾರಕದಲ್ಲಿ ನೆನೆಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿ

ಹೆರಿಗೆ ಹಲಗೆಗಳು, ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಟೇಬಲ್‌ಗಳು, ಓ.ಟಿ. ಟೇಬಲುಗಳು, ನೆಲ ಮತ್ತು ಕೆಲಸದ ಸಮತಲಗಳನ್ನು 10% ಸೋಡಿಯಂ ಹೈಪೊಕ್ಲೊರೈಟ್ ದ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಬೇಕು. ಟೇಬಲ್ ಮೇಲಿನ ಹಾಸುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ಕ್ರಮದ ನಂತರವೂ ಬದಲಿಸಬೇಕು.

ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿ ಎಚ್ಐವಿ ಮತ್ತು ಇತರ ವೈರಸ್ಸುಗಳು ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ನಾಲ್ಕು ವಿಧಾನಗಳಿವೆ:

1. ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ತೊಳೆದ ನಂತರ ನೀರಿನಲ್ಲಿ 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಕುದಿಸಿರಿ
2. ಒತ್ತಡಭರಿತ ಹಬೆಯಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿ: ಆಟೋಕ್ಲೇವ್, ಪ್ರೆಷರ್ ಕುಕ್ಕರ್ ಅಥವಾ ಸ್ಟೀಮ್ ಸ್ಟೆರಿಲೈಜರ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟು ವಾತಾವರಣ (101 ಕೆಪಿಎ, 15 ಎಲ್‌ಬಿ/ಎಮ್^{2}) ಒತ್ತಡಕ್ಕಿಂತ 1 ವಾತಾವರಣದಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ, 121^0 ಸಿ (250^0 ಎಫ್) ಉಷ್ಣತೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸಿ
3. ಒಂದು ವಿದ್ಯುತ್ ಆವೆನ್‌ನಲ್ಲಿ, 170^0 ಸಿ (340^0 ಎಫ್) ಒಣ ಉಷ್ಣತೆಯಲ್ಲಿ 2 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಇಟ್ಟು ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿ
4. ಕೆಳಗೆ ನಮೂದಿಸಿರುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕ ದ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿರಿ
   ಕ್ಲೋರೀನ್ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವ ಸಂಯಕ್ತಗಳು (ಉದಾ: ಅದೇ ತಾನೆ ತಯಾರಿಸಿದ ಬ್ಲೀಚ್- 0.5% ರಿಂದ 1% ವರೆಗೆ) • 2% ಗ್ಲುಟರಾಲ್ಡಿಹೈಡ್ /ಗ್ಲುಟೆರಾಲ್ • 70% ಇಥೈಲ್ ಮತ್ತು ಐಸೊಪ್ರೊಪೈಲ್ ಅಲ್ಕೊಹಾಲ್/ಸ್ಪಿರಿಟ್ • ಇತರೆ ಪಾಲಿವಿಡೋನ್ ಐಯೋಡಿನ್ (2.5%), ಪಾರ್ಮಾಲ್ಡಿಹೈಡ್/ಫಾರ್ಮಲಿನ್ (4%), ಕ್ಲೊರಮೈನ್ (2%), H_2O_2 (6%)

ಡೆಟ್ಟಾಲ್ ಮತ್ತು ಲೈಸೋಲ್‌ನಂಥ ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದ ಸೋಂಕುನಿವಾರಕಗಳು ಎಚ್ಐವಿಯನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ

5. ಕಸದ ವಿಲೇವಾರಿ

ಕಸದ ವಿಂಗಡಣೆಗಾಗಿ ವರ್ಣಸೂಚಿ

ಕರಪತ್ರ 5.2: (NACO ಪ್ರಕಾರ) ಕಸದ ವಿಂಗಡಣೆಗಾಗಿ ವರ್ಣಸೂಚಿ

ವರ್ಣ	ಕಸದ ಬಗ್ಗೆ	ಉದಾಹರಣೆ -ಕಸದ ಬಗ್ಗೆ
ಕಪ್ಪು	ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಸ	ಕಛೇರಿ ಕಸ / ಸೋಂಕುಕಾರಿಯಲ್ಲದ ಒಣ ಕಸ
ಕೆಂಪು	ಸೋಂಕುಕಾರಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್	ಸಿರಿಂಜು / ಕ್ಯಾನುಲಾ / ಕ್ಯಾತೆಟರ್
ಹಳದಿ	ಸೋಂಕುಕಾರಿ ಕಸ	ರೋಗಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಮಾದರಿಗಳು / ರಚನಾಂಗ ಕಸ
ನೀಲಿ	ಗಾಜು ಕಸ	ಇಡೀ ಅಥವಾ ಒಡೆದ ಗಾಜು
ಸ್ಟೀಲ್/ಲೋಹ	ಹರಿತ ವಸ್ತುಗಳು	ಸೂಜಿಗಳು / ಬ್ಲೇಡುಗಳು / ಸ್ಕಾಲ್ಪೆಲ್ಲುಗಳು

ಕರಪತ್ರ 5.3: ನಿಗದಿತ ಕಸವನ್ನು ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ

ಕಸ	ಉದಾಹರಣೆ	ವಿಲೇವಾರಿ ವಿಧಾನ
ದ್ರವ	ರಕ್ತ / ಮೂತ್ರ / ಮಲ	• ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಚರಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ತಗ್ಗು ಲ್ಯಾಟ್ರಿನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀರು ಚೆಲ್ಲಿ ತೊಡೆದುಹಾಕಿ
ಘನ	ನೆನೆದ ಗಾಯಪಟ್ಟಿಗಳು ಸ್ಯಾನಿಟರಿ ಪ್ಯಾಡ್/ನ್ಯಾಪಕಿನ್‌ಗಳು / ಮಾಸು / ಟಿಸ್ಯು ಬಯೋಪ್ಸಿ/ಮಾದರಿಗಳು	• ಸುಡಿರಿ ಅಥವಾ ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಹೂಳಿರಿ • ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಇನ್‌ಸಿನೆರೇಟ್ ಮಾಡಿ • ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳ ಕೈಗೆಟಕುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತೆರೆದ ಗುಂಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಸಾಮಗ್ರಿಯನ್ನು ಹಾಕಬೇಡಿ • ಅಗಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವ ಅಥವಾ ನೀರಿನ ಆಕರಗಳನ್ನು ಕಲುಷಿತಗೊಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಹೂಳಬೇಡಿ
ಹರಿತ ಉಪಕರಣಗಳು	ಸೂಜಿಗಳು / ಸ್ಕಾಲ್ಪೆಲ್ಲುಗಳು / ಬ್ಲೇಡುಗಳು	• ತೂತಾಗದಂಥ ಧಾರಕಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ • ನಂತರ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಆಟೋಕ್ಲೇವ್ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ಇನ್‌ಸಿನೆರೇಟ್ ಮಾಡಿ

6. ಸೋಂಕು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯುಳ್ಳ ಸಾಮಗ್ರಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವಾಗ ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು

ಕರಪತ್ರ5.4:

1. ರಕ್ತ/ದೇಹದ್ರವಗಳು ಚೆಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ	ಮನೆಯಲ್ಲಿ
• ಗ್ಲೌಸನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ • ರಕ್ತದ ಕಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬಟ್ಟೆ/ಕಾಟನ್‌ನಿಂದ ಹಾಕಿ • ಅದೇ ತಾನೆ ತಯಾರಿಸಿದ ಸೋಡಿಯಂ ಹೈಪೊಕ್ಲೊರೈಟ್ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಅದರ ಮೇಲೆ ಸುರಿಯಿರಿ (0.5-1%) • ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒರೆಸಿರಿ • ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಹೈಪೊಕ್ಲೊರೈಟ್ ದ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕುನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿರಿ ಅಥವಾ ಜೋಡಿ ಚೀಲಗಳಿರುವ ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಬಿಡಿರಿ • ಸಮತಲವನ್ನು ತಾಜಾ ಸೋಡಿಯಂ ಹೈಪೊಕ್ಲೋರೈಟ್ ದ್ರಾವಣದಿಂದ ಒರೆಸಿರಿ • ಕಸವನ್ನು ಇನ್‌ಸಿನರೇಟ್ ಮಾಡಿ • ಗ್ಲೌಸ್ ತೆಗೆದು ಕೈ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ	• ನಿಮ್ಮ ಕೈಯನ್ನು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಗ್‌ನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ ಅಥವಾ ರಬ್ಬರ್ (ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್) ಗ್ಲೌಸ್‌ಗಳನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ (ಔಷಧಿ ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿಸಿಗುತ್ತವೆ) • ರಕ್ತದ ಕಲೆಯ ಮೇಲೆ ಅದೇ ತಾನೆ ತಯಾರಿಸಿ ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪೌಡರ್ ದ್ರಾವಣವನ್ನುಸುರಿಯಿರಿ • ರಕ್ತವನ್ನು ಒರೆಸಿಬಿಡಿ • ಆ ರೀತಿ ಒರೆಸಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸುಟ್ಟುಬಿಡಿ ಅಥವಾ ಹೂತುಬಿಡಿ ಅಥವಾ ಮೇಲೆ ವಿವರಿಸಿದಂತೆ ತೊಳೆಯಿರಿ • ಸೋಪ್ ದ್ರಾವಣ ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ

2. ವಾಂತಿ, ಹೇರಿಕೆ ಮಾಡಿದ ದ್ರವ ಮತ್ತು ಇತರ ಸ್ರಾವಗಳು ಮತ್ತು ವಿಸರ್ಜಕಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು

- ಚರಂಡಿವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುವ ಬಚ್ಚಲಿನಲ್ಲಿ ಚೆಲ್ಲಿಬಿಡಿರಿ
- ಬೆಡ್ ಪ್ಯಾನ್‌ಗಳು, ಮೂತ್ರಾಲಯಗಳು, ಸಕ್ಷನ್ ಜಾರ್‌ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು, 1% ಮನೆವಾರ್ತೆ ಬ್ಲೀಚ್‌ನಿಂದ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಸೋಂಕುನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೆ ವಿಧಾನದ ಮೂಲಕ ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿರಿ
- ವಸ್ತುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸೋಪ್ ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ
- ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದ ನಂತರವೇ ಮತ್ತೆ ಬಳಸಿ

3. ತೆರೆದ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಪಟ್ಟಿಕಟ್ಟುವುದು

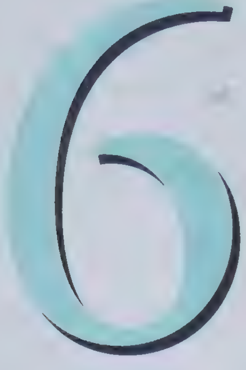
ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ	ಮನೆಯಲ್ಲಿ
• ರಬ್ಬರ್/ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್ ಗ್ಲೌಸ್ ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ • ಗಾಯ ಅಥವಾ ಕತ್ತರಿಸಿರುವ ಭಾಗವನ್ನು ರೋಗ ನಿರೋಧಕದಿಂದ ಶುದ್ಧಿಮಾಡಿ • ಔಷಧಿಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿರಿ • ಗಾಯವನ್ನು ಪ್ಯಾಡ್‌ನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್‌ನ್ನು ಅಂಟಿಸಿರಿ • ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ನೆನೆದ ಬ್ಯಾಂಡೇಜು, ಕಾಟನ್, ಗಾಜ್ ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಗ್/ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕಿ/ಹೂಳಿರಿ • ಮತ್ತೆ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಅದೇ ತಾನೆ ತಯಾರಿಸಿದ ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪೌಡರ್ ದ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿರಿ	• ರಕ್ತವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಮುಟ್ಟಬೇಡಿ • ರಕ್ತ ಸುರಿಯುತ್ತಿರುವ ಭಾಗವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ ಮುಂದೆ ಕೈಗೆ ದಪ್ಪ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಗ್ ಅಥವಾ ಟವಲ್‌ನಿಂದ ಸುತ್ತಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಥವಾ ರಬ್ಬರ್ (ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್) ಗ್ಲೌಸನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಗಾಯವನ್ನು ದ್ರಾವಣ ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ • ಔಷಧಿಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್‌ನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿರಿ • ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ನೆನೆದ ಬ್ಯಾಂಡೇಜು, ಕಾಟನ್, ಗಾಜ್ ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಗ್/ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕಿ/ಹೂಳಿರಿ • ಮತ್ತೆ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದಂತೆಯೇ ಮಾಡಿ • ಕೈಗಳನ್ನು ಸೋಪ್ ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ

4. ಮಲಿನವಾದ ಬಟ್ಟೆಬರೆ

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ	ಮನೆಯಲ್ಲಿ
• ಕೈಗೆ ಗ್ಲೌಸ್ ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ • ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ನೀರು ಮತ್ತು ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪೌಡರ್ ಇರುವ ಬಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿಹಾಕಿ • ಬಕೆಟ್‌ನ್ನು ಒಂದು ಮುಚ್ಚಳದಿಂದ ಮುಚ್ಚಿರಿ • ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿರಿ ನಂತರ ಲಾಂಡ್ರಿಗೆ ಕಳಿಸಿರಿ • ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ತೊಯ್ದುಹೋಯ್ದ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಹಾಕಿ	• ಕೈಗೆ ಗ್ಲೌಸ್ ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ • ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ನೀರು ಮತ್ತು ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪೌಡರ್ ಇರುವ ಬಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ • ಬಕೆಟ್‌ನ್ನು ಒಂದು ಮುಚ್ಚಳದಿಂದ ಮುಚ್ಚಿರಿ • ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿರಿ • ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ತೊಯ್ದುಹೋಯ್ದ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಹಾಕಿ

5. ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮರಣ ಹೊಂದಿದರೆ

- ಮೃತದೇಹವನ್ನು ಗೌರವದಿಂದ ಕಾಣಿರಿ
- ಒಡವೆಗಳೇನಾದರೂ ಇದ್ದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತೆಗೆದು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟು ಸಂಬಂಧಿಗಳಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಸಿ. ಅದಕ್ಕೆ ಮುನ್ನ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿ, ಅಥವಾ ಅವರಿಗೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡಲು ಹೇಳಿ
- ಕುಟುಂಬದವರು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡುವ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಮೃತದೇಹವನ್ನು ಇರಿಸಿ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಲುವಾಗಿ, ಕಣ್ಣು ರೆಪ್ಪೆಗಳನ್ನು ಕೂಡಲೇ ನಿದ್ದೆಯಲ್ಲಿರುವ ಹಾಗೆ ಮುಚ್ಚಿರಿ. ದೇಹವನ್ನು ನೇರವಾಗಿರಿಸಿ, ತೋಳುಗಳನ್ನು ದೇಹದ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ನೇರವಾಗಿರಿಸಿ. ಕೃತಕ ಹಲ್ಲುಗಳೇನಾದರೂ ಇದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಬಾಯಿಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿರಿ
- ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಪ್ರದಾಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸುವಾಗ ಕೈಗಳಿಗೆ ಗ್ಲೌಸುಗಳನ್ನು ತೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿರಿ
- ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ದ್ವಾರಗಳನ್ನು (ಮೂಗು, ಕಿವಿ, ಬಾಯಿ, ಗುದ) ದ್ರವ ಹೀರದ ಕಾಟನ್ ವೂಲ್‌ನಿಂದ ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿರಿ
- ಶವದಹನಕ್ಕೆ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಿ
- ದೇಹವನ್ನು ಹೂಳಬೇಕು ಎಂದು ಬಯಸುವವರಿಗೆ, ಅದನ್ನು ದಪ್ಪ ಪ್ಲ್ಯಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿ, ಕೆಳಗೆ ಮತ್ತು ಮೇಲೆ ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪೌಡರನ್ನು ಉದುರಿಸಲು ಹೇಳಿ



ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪೀಠಿಕೆ

ಎಚ್ಐವಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಒಬ್ಬ ರೋಗಿಯನ್ನು ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವಾಗ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಗಲುವ (ವೃತ್ತಿಸಂದರ್ಭ ಸಂಪರ್ಕ) ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆಯಾದರೂ, ಸೋಂಕಿನೊಂದಿಗೆ ವೃತ್ತಿಸಂದರ್ಭ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾದಾಗ ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ, ಎಂದರೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ತಕ್ಕ ಆರೈಕೆ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಈ ಗೋಷ್ಠಿಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಗಳು:

- ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಪೋಸ್ಟ್ ಎಕ್ಸ್‌ಪೋಷರ್ ಪ್ರೊಫಿಲ್ಯಾಕ್ಸಿಸ್) ಎಂದರೇನು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ
- ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸೋಂಕಿನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅರಿತಿರುತ್ತಾರೆ
- ಸಂ.ರೋ.ನಿ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಗೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಸೋಂಕಿನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ
- ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಆಗುವ ಸಂಪರ್ಕದ ನಂತರ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ
- ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಇರುವ ಏಕೈಕ ಉಪಾಯವೆಂದರೆ, ಕೆಲಸದ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದಾಗಿದೆ

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ವೃತ್ತಿ ಸಂದರ್ಭದ ಸಂಪರ್ಕದ ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ -ಇವುಗಳ ಅರ್ಥ

ವೃತ್ತಿಸಂದರ್ಭದ ಸಂಪರ್ಕ : ಯಾವುದೇ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವ ಅಪಾಯಸಂಭವತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಸಂಪರ್ಕ.

ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಜೊತೆ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾದಾಗ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ಅನುಸರಿಸುವ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಪಿಇಪಿ) ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಎಚ್ಐವಿ ಮತ್ತು ಎಚ್ಐವಿ ವೈರಾಣುಗಳೊಂದಿಗೆ ವೃತ್ತಿಸಂಬಂಧಿ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಕೆಲವು ಸುರಕ್ಷಿತತೆಯ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ವೃತ್ತಿಸಂಬಂಧಿ ಸೋಂಕು ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಇಂಥ ಸುರಕ್ಷಿತ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು 'ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳು

ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪದ ಸಂಪರ್ಕಗಳು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುವ ಕೆಳಗಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು:

- ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ರಕ್ತದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾದಾಗ
- ಚರ್ಮದಲ್ಲಾದ ಗಾಯಗಳು ಅಥವಾ ತೆರೆದ ಹುಣ್ಣುಗಳೊಂದಿಗೆ ರಕ್ತದ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾದಾಗ
- ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಸೂಜಿಗಾಯಗಳು

ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳು

1. ವಿಷಮಸ್ಥಿತಿಯ ನಿರ್ವಹಣೆ

- ಅದೊಂದು ಭಯಾನಕವಾದ ಅನುಭವವಾದ್ದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ತೋರಿಸಿ. ಅತೀವವಾದ ದುಗುಡವನ್ನು/ಒತ್ತಡವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಎದುರಿಸಿ
- ಸಂಬಂಧಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಚ್ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಎಚ್ಐವಿ ಇರುವುದಾಗಿ ಶಂಕಿತರಾಗಿದ್ದರೆ, ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದುಗುಡ, ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದಾಗ, ಅವರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸದೆ ಅವರಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿಯನ್ನು ನೀಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
- ಅವರು ತಮ್ಮ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕುರಿತು ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಮಹತ್ವ ನೀಡದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಘಟನೆಗಳ ಅನುಭವವನ್ನು ವರದಿಮಾಡಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೇಳಿರಿ

2. ತಕ್ಷಣದ ಆರೈಕೆ

ಸೂಜಿ ಚುಚ್ಚಿ, ಹರಿತ ವಸ್ತುತಾಗಿ ಆದ ಗಾಯಗಳು:

- ಒತ್ತುವ ಮೂಲಕ ರಕ್ತ ಹರಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ
- ಸೋಪು ಮತ್ತು ನೀರು ಅಥವಾ ನಂಜುನಿರೋಧಕದಿಂದ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ತೊಳೆಯಿರಿ
- ನೀರು ತೂರದ ಬ್ಯಾಂಡೇಜನ್ನು ಹಚ್ಚಿರಿ, ಉದಾ: ಬ್ಯಾಂಡ್ ಏಡ್. ಆಗಿರುವ ಗಾಯವನ್ನು ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚದೇ ಇರುವವರೆಗೆ ರೋಗಿಗಳ ಆರೈಕೆಗೆ ತೊಡಗಬೇಡಿ
- ಬೆರಳಿಗೆ ಗಾಯವಾದರೆ ತಕ್ಷಣ ಅದನ್ನು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಕೆಲವರಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ; ಹಾಗೆ ಖಂಡಿತ ಮಾಡಬೇಡಿ

ಮೂಗು/ಬಾಯಿಗೆ ಸಿಡಿಯುವುದು

- ನೀರಿನಿಂದ ಉಜ್ಜಿ ತೊಳೆಯಿರಿ

ಕಣ್ಣಿಗೆ ಸಿಡಿಯುವುದು

- ನಲ್ಲಿಯಿಂದ ಸುರಿಯುತ್ತಿರುವ ನೀರನ್ನು ಸುಮಾರು ಸಲ ಚಿಮುಕಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳಿಯಿರಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಕಣ್ಣನ್ನು ತೆರೆದು ಹಿಡಿದಿರುವಂತೆ ಹೇಳಿ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಯಾಲೈನ್‌ನಿಂದ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ತೊಳೆಯುತ್ತಿರಿ

3. ದಾಖಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು

- ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಮೂಲವಾದ ರೋಗಿಯ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಉಸ್ತುವಾರಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ (ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳು/ಸೋಂಕು ನಿಯಂತ್ರಣಾಧಿಕಾರಿ) ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ
- ''ಸೂಜಿ ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಸಂದರ್ಭ ಸಂಪರ್ಕ ರೆಜಿಸ್ಟರು''ನಲ್ಲಿ ನಮೂದು ಮಾಡಬೇಕು

ಹರಿತ ವಸ್ತುಗಳು/ಸೂಜಿ ಗಾಯಗಳ ವರದಿ		
ವಿವರಗಳು	ರೋಗಿ	ಸೇವಾಸಿಬ್ಬಂದಿ
ಹೆಸರು		
ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸಂ.		
ಪದನಾಮ		
ವಯಸ್ಸು		
ಲಿಂಗ		
ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿ (ತಿಳಿದಿದೆ/ತಿಳಿದಿಲ್ಲ)		
ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿ		
ಇತರೆ		

ಘಟನೆಯ ವಿವರಗಳು

ಸಮಯ: .... ಸ್ಥಳ: ....

ಗಾಯದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ:

....

ಹರಿತವಸ್ತು/ಸೂಜಿ - ಉಪಕರಣದ ಮೇಲೆ ಕಾಣುವಂಥ ರಕ್ತದ ಕಲೆ ಇದೆಯೆ: ಹೌದು/ಇಲ್ಲ

ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದು: ಯಾರಿಗೆ:......................................ಸಮಯ: ....

ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಕ್ರಮ: (ಆಡಳಿತದ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ):

ಮುಂದುವರಿದ ಕ್ರಮ (ಲಸಿಕೆ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ):

4. ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯ ನಿರ್ಧಾರಣೆ

ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಂಗತಿಗಳು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರ್ಥ.

- ಚುಚ್ಚಿದ ಸೂಜಿಯು, ನಂ.22 ಗಾಜ್ ಗಿಂತ ದೊಡ್ಡ ರಂಧ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು
- ರಕ್ತವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿರುವುದು
- ಸೂಜಿಯ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ತಾಗಿರುವುದು ಕಾಣಿಸುವುದು
- ಸೂಜಿ ಚುಚ್ಚಿ ಮಾಂಸಖಂಡದಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಗಾಯವಾಗುವುದು.
- ರೋಗಿಯು ಎಚ್ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿದ್ದಾರೆ, ಅಥವಾ ಅವರ ಎಚ್ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲದಿರುವುದು

ವೃತ್ತಿಸಂದರ್ಭದ ಸಂಪರ್ಕದ ವರ್ಗೀಕರಣ

ಕೋಷ್ಟಕ 6.1 ವೃತ್ತಿಪರ ಸಂಪರ್ಕಗಳ ವರ್ಗೀಕರಣ ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮ (ಪಿಇಪಿ)

ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣ	• ರಕ್ತ/ದೇಹದ್ರವ/ ಇತರ ಸಂಭಾವ್ಯ ಸೋಂಕುಕಾರಕ ಸಾಮಗ್ರಿಯ ಕೆಲವು ಹನಿಗಳು • ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿ	**ಮೂಲಭೂತ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮ**
ಕಡಿಮೆ ಗಂಭೀರ	• ಗಟ್ಟಿ ಸೂಜಿ (ನಳಿಕೆಯಿಲ್ಲದ್ದು) • ಮೇಲ್ಪದರದ ತರಚುಗಾಯ	
ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣ	• ರಕ್ತ/ದೇಹದ್ರವ/ ಇತರ ಸಂಭಾವ್ಯ ಸೋಂಕುಕಾರಕ ಸಾಮಗ್ರಿಯ ಹಲವು ಹಾನಿಗಳು • ದೀರ್ಘ ಅವಧಿ (ಹಲವು ನಿಮಿಷಗಳು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು)	**ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮ**
ಹೆಚ್ಚು ಗಂಭೀರ	• ದೊಡ್ಡಗಾತ್ರದ ನಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಸೂಜಿ • ಆಳವಾದ ಗಾಯ • ಗೋಚರಿಸುವ ರಕ್ತ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ ಸೂಜಿ	

5. ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ

ಯಾರ ಮೇಲೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ರಮ ನಡೆದಿತ್ತೋ ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಎಚ್ಐವಿ ಪ್ರತಿವಿಷಾಣುಗಳಿಗಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ:

- ರೋಗಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಮುನ್ನ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ರೋಗಿಯಿಂದ ಒಪ್ಪಿಗೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು
- ಸದರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ 2-5 ಮಿ.ಲೀ. ರಕ್ತವನ್ನು (ಎಚ್ಐವಿ, HbsAg ಮತ್ತು ಎಚ್ ಸಿವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ) ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು
- ಅಪಾಯಸಂಭವತೆಯ ಮಟ್ಟದ ನಿರ್ಧಾರಣೆಗೆಂದು ಆ ರಕ್ತವನ್ನು ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ಸೋಂಕು ನಿಯಂತ್ರಣಾಧಿಕಾರಿಯ ಬಳಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು

ಆಕೆಯ ಬುದ್ಧಿಪೂರ್ವಕ ಸಮ್ಮತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರ ನರ್ಸ್/ಎಎನ್ಎಮ್ ನನ್ನು ಎಚ್ಐವಿ ಪ್ರತಿವಿಷಾಣುಗಳಿಗಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು:

- ರಕ್ತದ ಸ್ಯಾಂಪಲನ್ನು ಎಚ್ಐವಿ ಪ್ರತಿವಿಷಾಣುಗಳ ಪತ್ತೆಗಾಗಿ ವೈರಾಣುಶಾಸ್ತ್ರ ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆಗೆ ಕಳಿಸಿಕೊಡಬೇಕು
- ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು 45 ನಿಮಿಷಗಳ ಒಳಗಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು
- ಎಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು 6ವಾರ, 3 ತಿಂಗಳು, 6 ತಿಂಗಳು ಮತ್ತು 12 ತಿಂಗಳಿಗೆ ಮಾಡಬೇಕು
- ನರ್ಸ್/ಎಎನ್ಎಮ್ ಎಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ಒಪ್ಪದೇ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಆ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ವೈದ್ಯಕೀಯ ದಾಖಲೆಯಲ್ಲಿ ನಮೂದಿಸಬೇಕು

ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಮುನ್ನ ಮತ್ತು ನಂತರ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಬೇಕು:

- ತರಬೇತಿ ಹೊಂದಿದ ವೃತ್ತಿಪರಿಣಿತರು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಬೇಕು.
- ಎಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮೂರು ಇಆರ್ಎಸ್ ಟೆಸ್ಟ್ ಕಿಟ್‌ಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಬೇಕು ಅಥವಾ ಆ್ಯಂಟಿಜೆನ್ ತಯಾರಿಕೆಗಳನ್ನು (ಎಲೈಸಾ/ ರ್‍ಯಾಪಿಡ್/ಸಿಂಪಲ್) ಮೂಲಭೂತ ನಿರ್ಧಾರಣೆಗಾಗಿ ಬಳಸಿ, ಗಾಯವಾದ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗೆ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇರಲಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು
- ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ ಅಥವಾ ಅಂಗದಾನ ಮಾಡದಂತೆ ತಿಳಿಹೇಳಬೇಕು
- 3 ರಿಂದ 6 ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಸಬೇಕು ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕತೆಯಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು
- ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿರುವ ನರ್ಸ್ ಆಗಿದ್ದರೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ವಿಶಿಷ್ಟ ರೀತಿಯ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಅಗತ್ಯ ಬೀಳುತ್ತದೆ

6. ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಔಷಧೋಪಚಾರ

ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗ ಆರಂಭಿಸಬೇಕು?

- ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ, 1-24ಗಂಟೆಯ ಒಳಗೆ ಆರಂಭಿಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ. 1-2 ಗಂಟೆಯ ಒಳಗೆ ಆರಂಭಿಸಿದರಂತೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮ
- ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾದ 72 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಆರಂಭಿಸುವುದರಿಂದ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ

ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಮುನ್ನ ನಡೆಸಬೇಕಾದ ತಪಾಸಣೆಗಳು ಯಾವುವು?

ರಾಸಾಯನಿಕ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಕಿಮೊಪ್ರೊಫಿಲ್ಯಾಕ್ಸಿಸ್) ಪರೀಕ್ಷೆ ಆರಂಭಿಸುವ ಮುನ್ನ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಇತರ ತಪಾಸಣೆಗಳು ಎಂದರೆ:

- ಹಿಮೊಗ್ಲಾಬಿನ್
- ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್ ಗಣನೆ
- ರೆಟಿಕ್ಯುಲೋಸೈಟ್ ಗಣನೆ
- WBC ಒಟ್ಟು ಮತ್ತು ವ್ಯತ್ಯಸ್ಥ ಗಣನೆ
- ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ಕಾರ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ
- ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗದ ಕಾರ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ
- ರ್‍ಯಾಂಡಮ್ ಬ್ಲಡ್ ಷುಗರ್

ಇವುಗಳನ್ನು ಮೂಲಾಧಾರ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಮುಂದುವರಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಎರಡು ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಕೋಷ್ಟಕ (6.2) ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಬೇಕಾದ ಔಷಧೋಪಚಾರ

ಪ್ರಕಾರ	ಔಷಧೋಪಚಾರ ಕ್ರಮ	ಅಂದಾಜು ವೆಚ್ಚ *	ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು
ಮೂಲ (ಅಲ್ಪ ಸಂಪರ್ಕ)	ಜಿಡೋವುಡೈನ್ 300 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ಬಿಡ್ +ಲ್ಯಾಮಿವುಡೈನ್ 150 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ ಬಿಡ್ ಬಾಯಿಯ ಮೂಲಕ, 28 ದಿನಗಳ ಕಾಲ	ರೂ.600/-	ಹೊಟ್ಟೆ ತೊಳೆಸುವುದು, ವಾಂತಿ, ತಲೆನೋವು, ದಣಿವು, ರಕ್ತ ಹೀನತೆ, ನ್ಯುಟ್ರೊಪೆನಿಯಾ, ಮಯೋಪತಿ, ಮಿನಿಮಲ್ ಟಾಕ್ಸಿಸಿಟಿ
ವಿಸ್ತೃತ (ಅಧಿಕ ಸಂಪರ್ಕ)	ಮೂಲ + ಇಂದಿನವಿರ್ 800 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ಟಿಡ್ ಅಥವಾ ನೆಲಫಿನವಿರ್ 750 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ಟಿಡ್, (ಎಲ್ಲವೂ ಬಾಯಿಯ ಮೂಲಕ, 28 ದಿನ)	ರೂ.3600/-	ಇಂಡಿನವಿರ್: ಹೊಟ್ಟೆತೊಳೆಸುವುದು, ವಾಂತಿ, ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಂಡ ಎಲ್ಎಫ್‌ಟಿ, 5-10%ರಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರನಾಳದ ಹರಳುಗಳು, ನೆಲ್ಫಿನವಿರ್: ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ (10-30%)

*** ಬದಲಾವಣೆ ಸಾಧ್ಯ**

ಇಂಡಿನವಿರ್ (ಐಡಿವಿ) ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನೆನೆಪಿಡಬೇಕಾದ ಇನ್ನೊಂದು ಮಾತು: ದಿನಕ್ಕೆ 1.5 ಲೀಟರ್‌ನಷ್ಟು ನೀರು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದರ ಮೂಲಧಾರಕದಲ್ಲಿ ತೇವಗಳೆಯುವ ವಸ್ತು ಇರುತ್ತದೆ; ಅದರ ಹೊರತಾಗಿ ಐಡಿವಿ ಕೇವಲ ಮೂರುದಿನಗಳ ಕಾಲ ಮಾತ್ರ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಅದರ ಮೂಲಧಾರಕದಲ್ಲಿಯೇ ಇಡಬೇಕು.

ಸಂಪರ್ಕೋತ್ತರ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಮುನ್ನ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಇತರ ಅಂಶಗಳು

- ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಒಟ್ಟು ಅವಧಿ: 4 ವಾರ
- ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ಖಚಿತವಾದರೆ, ಔಷಧೋಪಚಾರವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು.
- ಎಚ್‌ಐವಿಯ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಔಷಧಿಗಳ ಕುರಿತು, ನೇಮಿತ ಅಧಿಕಾರಿಯು/ಡಾಕ್ಟರರ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು. ಖಚಿತವಾಗಿರುವ ಅಥವಾ ಅಂದಾಜಿಸಿರುವ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯು ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಪ್ರತಿಸೂಚನೆಯೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಟೆರಟೋಜೆನಿಸಿಟಿಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಇಫಾವಿರೆಂಜ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬೇಕು

7. ಮುಂದುವರಿಕೆ

- ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು 6 ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು; 12 ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಜಾರಿಯಿಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ
- ಸೆರೋಲಜಿ ಫಾಲೋಅಪ್ - ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾದ 6 ವಾರ, 3 ತಿಂಗಳು ಮತ್ತು 6 ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ. ಒಂದು ವರ್ಷದ ನಂತರ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ 12 ವಾರದೊಳಗೆ, ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಸೋಂಕು ಇದೆ ಎಂಬ ಫಲಿತಾಂಶ ಬಂದರೆ, ನರ್ಸ್/ಎಎನ್ಎಮ್‌ನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಫಿಸಿಷಿಯನ್ ಬಳಿ ಕಳಿಸಬೇಕು.

ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕುರಿತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. **ಸೂಜಿ ಚುಚ್ಚಿ ಗಾಯವಾದ ನಂತರ, ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ಆತಂಕ ಇರುವುದು ಕೇವಲ ಎಚ್‌ಐವಿ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವೋ ಅಥವಾ ಆಕೆ ಇನ್ಯಾವುದಾದರೂ ರೋಗಾಣುಗಳ ಸೋಂಕಿಗೂ ಒಳಗಾಗಬಹುದೋ?**
   ನಿಜ. ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಬಿ (ಎಚ್‌ಬಿವಿ) ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಸಿ (ಎಚ್‌ಸಿವಿ)ಯ ಸೋಂಕಿನ ಅಪಾಯವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಚ್‌ಐವಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ, ಎಚ್‌ಬಿವಿ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಸಿವಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಎಚ್‌ಬಿವಿ ಮದ್ದು ಇದೆ. ಪ್ರತಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯು ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಎಚ್‌ಬಿವಿ ಮದ್ದನ್ನು ಹಾಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

2. ನರ್ಸ್ ಔಷಧೋಪಚಾರವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ಜ್ವರ ಬಂದು ಅಸ್ವಸ್ಥಳಾದರೆ, ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಲಕ್ಷಣವೇ ಅಥವಾ ಆಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಔಷಧಿಯ ಪ್ರಭಾವವೇ?

ತೀವ್ರ ಎಚ್‌ಐವಿ ಅಥವಾ ಹೆಪಟೈಟಿಸ್‌ನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಔಷಧಿಯ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಹೋಲುತ್ತವೆ (ಜ್ವರ, ಗುಳ್ಳೆ, ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗದ ವಿಲಕ್ಷಣ ಕ್ರಿಯೆ). ಆದ್ದರಿಂದ ನರ್ಸ್/ಎಎನ್‌ಎಮ್ ಅಂಥ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಾಗ ತಕ್ಷಣ ಡಾಕ್ಟರರನ್ನು ಕಾಣಬೇಕು.

3. ಒಮ್ಮೆ ನರ್ಸ್/ಎಎನ್‌ಎಮ್ ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಅರ್ಧಕ್ಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಇರುವ ಕಾರಣಗಳೇನು?

ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮವನ್ನು ಅರ್ಧದಲ್ಲಿಯೇ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಇರುವ ಕಾರಣಗಳು ಎಂದರೆ:

- ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ಖಚಿತವಾಗುತ್ತದೆ
- ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ
- ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆಯ್ಕೆಯಿಂದ ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ
- ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ

4. ಸದರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರಕ್ತವನ್ನು ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅರಿಯಲು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಲು ನೀವು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಆಕೆ/ಆತ ಅದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ?

- ಸದರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಿ ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು, ಯಾರೂ ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಸದರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲವಂತಪಡಿಸಬಾರದು

5. ಸರಕಾರದಲ್ಲಿ ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಇದೆಯೇ?

ಹೌದು. ಸಂ.ರೋ.ನಿ.ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಈಗ ಕರ್ನಾಟಕದ ಎಲ್ಲಾ ಜಿಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾದಾಗಲೂ ತಕ್ಷಣ ಆಯಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗೆ ಅದನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಬೇಕು.

6. ಖಾಸಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸುವ ಕ್ರಮವೇನು?

ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾಸಿಬ್ಬಂದಿ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡರೆ ಕೂಡಲೇ ವಾರ್ಡ್‌ಪ್ರಭಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿ ಮತ್ತು ಸೋಂಕು ನಿಯಂತ್ರಣ ಅಧಿಕಾರಿಗೆ ಅದನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ನರ್ಸಿಂಗ್ ಸೂಪರಿಂಟೆಂಡೆಂಟ್‌ಗೂ ತಿಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಸೂಜಿ ಗಾಯದ ರೆಜಿಸ್ಟರಿನಲ್ಲಿ ನಮೂದಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಫಾರ್ಮಸಿಯಿಂದ ನಿಗದಿತ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿಯ ಮಂಜೂರಾತಿ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕ್ರಮಗಳು ಆಯಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಕಾರ್ಯನೀತಿಯನ್ನೂ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತವೆ.

7 ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಮನೋಭಾವಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ

ನರ್ಸುಗಳು ಯಾವುದೇ ಸಮಾಜದ ಒಂದು ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗ. ಹೀಗಾಗಿ, ತಮ್ಮ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ಮನೋಭಾವಗಳಿಂದ ಅವರೂ ಕೂಡ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ತಾವು ಆರೈಕೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಕುರಿತಾದ ನರ್ಸುಗಳ ಮನೋಭಾವಗಳ ಮೇಲೆಯೂ ಇದು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವಿವಾದಕ್ಕೂ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಗಳೇನು ಎಂಬುದರ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಅರಿವು ನಮಗಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಇವುಗಳ ಪ್ರಭಾವವೇನು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಲೈಂಗಿಕತೆ ಕುರಿತಾದ ಮನೋಭಾವಗಳ ಕುರಿತು ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆಯನ್ನು ತಾಳಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ರೂಢಿಗತವಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮನೋಭಾವಗಳು ಮತ್ತು ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಇಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆ - ಈ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಜನರೊಂದಿಗೆ ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯ ಮಾಡುವಾಗ ಮತ್ತು ಆ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಒಬ್ಬ ನರ್ಸ್ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಲೈಂಗಿಕ ಭಾವನೆಗಳಿರುವುದು ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮತ್ತು ನೈಜ. ಅವುಗಳು ಇವೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಯಾರೂ ಮುಜುಗರ ಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕಾರಣವಿಲ್ಲ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳಂಕಿತ ಭಾವನೆಯಿಂದ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ, ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವಿರುದ್ಧ ತಾರತಮ್ಯ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲರ ಮಾನವೀಯ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ನಾವು ಗೌರವಿಸಬೇಕು
- ನರ್ಸುಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ-ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಚಟುವಟಿಕೆ 7.1 ಕೆಳಗೆ ಕೆಲವು ಹೇಳಿಕೆಗಳ ಒಂದು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಭಾಗಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು , ಅವುಗಳ ಕುರಿತು ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಕವಾದ ಕಲಮಿನಲ್ಲಿ ಟಿಕ್ (✔) ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಗುರಿತಿಸಲು ಹೇಳಿ. ಕೊನೆಯ ಕಲಮಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅಂಥ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು ಎಂಬುದನ್ನೂ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಬರೆಯಲು ಹೇಳಿ.

ಹೇಳಿಕೆ	ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ	ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ	ಕಾರಣ
1. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡುವುದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುರಿತು ನಮಗೆ ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ			
2. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳು ಬಂದರೆ ಅದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯದೇ ತಪ್ಪು			
3. ಏಡ್ಸ್ ಬಂದಿರುವವರನ್ನು ಸಮುದಾಯದಿಂದ ದೂರವಿಡಬೇಕು			
4. ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಕುರಿತು ಮಾತಾಡುವ ಸ್ತ್ರೀಯರು ನೈತಿಕತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.			
5. ಪರಸ್ಪರ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಇರುವ ಇಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧವಿದ್ದರೂ ಅದು ಸರಿಯೇ			
6. ಲೈಂಗಿಕ ವೃತ್ತಿಯನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಿ ಕಾನೂನು ಜಾರಿ ಮಾಡಬೇಕು			

ಪದಗಳ ಅರ್ಥ	
ಮೌಲ್ಯಗಳು:	ಒಂದು ಜನ ಸಮೂಹವು, ಅತ್ಯಂತ ಗೌರವದಿಂದ ಕಾಣುವ, ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಆಚರಿಸಲು ಯೋಗ್ಯವಾದುವುಗಳು ಎಂದು ನಂಬುವ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು.
ನಂಬಿಕೆಗಳು:	ಸಮೂಹದ ಸದಸ್ಯರ ನಡುವೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಒಂದೇ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮತ್ತು ಆ ಸಮೂಹವು ನಿಜವೆಂದು ಭಾವಿಸುವ ತತ್ವಗಳು. ಉದಾ: ಭೂತ ಪ್ರೇತಗಳು ಇವೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ.
ಮನೋಭಾವಗಳು:	ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹಿಂದಿನ ಎಲ್ಲ ಅನುಭವಗಳ ಮೊತ್ತವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಆತನಲ್ಲಿ/ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತವಾದ ಮಾನಸಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳ ಹಂದರ.
ಲಿಂಗಭಾವ :	ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ/ನೆ. ತಾನು ಹೆಣ್ಣು ಅಥವಾ ಗಂಡು ಆಗಿರುವ ಕುರಿತು ಅತನ ಭಾವನೆಗಳೇನು ಮತ್ತು ತನ್ನ ಮತ್ತು ತನಗಿಂತ ಭಿನ್ನ ಲಿಂಗದವರೊಂದಿಗೆ ತನ್ನನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ/ನೆ ಎಂಬುದೇ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಲಿಂಗಭಾವ.

ಲಿಂಗಭ್ಯಾವದ ಕುರಿತು ಮನೋಭಾವಗಳು

ಕೆಳಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದ ಕುರಿತೂ, ಆ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವ ಕುರಿತು ನಿಮಗೆ ಏನನ್ನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು. 'ಆತಂಕ', 'ನಿರಾತಂಕ' ಅಥವಾ 'ಅನಿಶ್ಚಿತ' ಎಂಬುದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಗೆ ತಕ್ಕಂಥ ಉತ್ತರವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ. ಐದು ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮುಗಿಸಿ.

ಈ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮಾತಾಡುವಾಗ ನನಗೆ ಏನನ್ನಿಸುತ್ತದೆ	ಆತಂಕ	ನಿರಾತಂಕ	ಅನಿಶ್ಚಿತ
1. ಸಂಲಿಂಗ ಕಾಮದ ಕುರಿತು - ವಯಸ್ಕರೊಂದಿಗೆ			
2. ಸಂಲಿಂಗ ಕಾಮದ ಕುರಿತು - ಹದಿಹರೆಯದವರೊಂದಿಗೆ			
3. ಇನ್‌ಸೆಸ್ಟ್ (ಸಮೀಪ ಬಂಧುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗ. ಉದಾ:ಅಣ್ಣ ಮತ್ತು ತಂಗಿ ನಡುವೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ)			
4. ಮದುವೆಯಾಗದ ಗರ್ಭಿಣಿ ಹುಡುಗಿಯರೊಂದಿಗೆ			
5. ಕೆಲಸದ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕತೆ ಕುರಿತು			
6. ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ			
7. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಲೈಂಗಿಕ ವರ್ತನೆಯ ಕುರಿತು			
8. ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಕುರಿತು - ನನ್ನ ಮಗಳೊಂದಿಗೆ			
9. ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಕುರಿತು - ನನ್ನ ಮಗನೊಂದಿಗೆ			
10. ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವ ಸರಿಯಾದ ವಿಧಾನದ ಕುರಿತು-ವಯಸ್ಕರೊಂದಿಗೆ			
11. ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವ ಸರಿಯಾದ ವಿಧಾನದ ಕುರಿತು-ಹದಿಹರೆಯದವರೊಂದಿಗೆ			
12. ಲೈಂಗಿಕ ವಿಚಾರಗಳ ಕುರಿತು - ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ			
13. ಹಸ್ತಮೈಥುನದ ಕುರಿತು			
14. ಲೈಂಗಿಕತೆ ಮತ್ತು ಧರ್ಮದ ಕುರಿತು			
15. ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ದೇಹಾಂಗ ರಚನೆಯ ಕುರಿತು			
16. ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಕುರಿತು - ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರಿರುವ ಮಿಶ್ರಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ			
17. ಲೈಂಗಿಕತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಚಾರವಾಗಿ - ಡಾಕ್ಟರರೊಂದಿಗೆ (ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಗರ್ಭನಿರೋಧಕಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ.)			

ಲಿಂಗಭ್ಯಾವದ ಕುರಿತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಧೋರಣೆಗಳು

- ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಕೊಳಕು, ಅಸಭ್ಯತನ
- ಅತಿಯಾದ ಜ್ಞಾನ ಅಪಾಯಕಾರಿ - ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಗೆ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡಬಲ್ಲದು
- ಇದು ಮಾತಾಡಲು ತೀರಾ ಮುಜುಗರವಾಗುವಂಥ ವಿಷಯ

ಲಿಂಗಭಾವದ ಕುರಿತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಧೋರಣೆಗಳು

- ಲೈಂಗಿಕತೆ ಸಹಜ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನದ ಒಂದು ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗ
- ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಲೈಂಗಿಕ ಭಾವನೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ
- ಲೈಂಗಿಕತೆಯಲ್ಲಿ - ದೈಹಿಕ, ನೈತಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ
- ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಲಿಂಗಭಾವವನ್ನು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ಕುಟುಂಬಗಳು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ
- ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧವು ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ/ಶೋಷಣಕಾರಿಯಾಗಿರಬಾರದು

- ಲೈಂಗಿಕತೆ ಕುರಿತಾದ ಎಲ್ಲ ನಿರ್ಣಯಗಳು ಪ್ರಭಾವಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ
- ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಲೈಂಗಿಕ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹಕ್ಕು ಮತ್ತು ಬಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇವೆ
- ಹದಿಹರೆಯದವರು ವಯಸ್ಕರಾಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕತೆ ಕುರಿತು ತಮ್ಮದೇ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ
- ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ/ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಅಪ್ರಾಪ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತೊಡರುವುದಲ್ಲಿ ಅಪಾಯಗಳಿವೆ
- ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಯುವಜನರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಇರಬೇಕು

ಕೆಲವು ರೋಗಗಳು ಕಳಂಕಕಾರಿ ಆಗುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ

ಕಳಂಕ: ನಾಚಿಕೆ ಅಥವಾ ಅವಮರ್ಯಾದೆಯ ಒಂದು ಪ್ರತೀಕ

ತಾರತಮ್ಯ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು, ಒಂದು ವಿಚಾರ ಅಥವಾ ವಸ್ತುವನ್ನು ಭಿನ್ನ (ಕೀಳು ಅಥವಾ ಮೇಲು) ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದು.

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಪೀಡಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಆರೈಕೆಯ ಕುರಿತು ರೂಢಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮನೋಭಾವಗಳು ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಗಳ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ.

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಅಥವಾ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಆರ್‌ಟಿಐಗಳ ಕುರಿತು ಪ್ರಚಲಿತವಿರುವ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಹಾಗೂ ಮನೋಭಾವಗಳಿಗೆ ಇರುವ ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರಣಗಳು ಎಂದರೆ:

- ತಿಳುವಳಿಕೆಯ ಕೊರತೆ
- ರೋಗ ತಗಲುವ ಭಯ
- ಸಮಾಜದ ಭಯ

ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್‌ಗಳ ಹರಡುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣಗಳು, ಅವುಗಳ ಚಿಹ್ನೆ ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪ್ರಚಲಿತವಿರುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಬಹುದು.

ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು......



......ನರ್ಸ್‌ನ ಮೊದಲನೆಯ ಕೆಲಸ

ಕರಪತ್ರ 7.1: ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪ್ರಚಲಿತವಿರುವ ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಮನೋಭಾವಗಳು (ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು)

ನಂಬಿಕೆಗಳು/ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆಗಳು	ಸತ್ಯಾಂಶಗಳು
ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು • ಕೊಳಕು, ಕಲುಷಿತ ನೀರು ಮತ್ತು ಗಾಳಿ • ಬಿಸಿ ಮತ್ತು ತಂಪಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ತಿನ್ನುವುದು • ಕೆಟ್ಟ ಕಣ್ಣು (ದೃಷ್ಟಿದೋಷ) • ಅನುವಂಶಿಕತೆ • ಒಬ್ಬ ಹೆಂಗಸಿನ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಜನ ಗಂಡಸರ ವೀರ್ಯ ಬೆರೆಯುವುದು • ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಯಿಲ್ಲದ ಸೂಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಿರಿಂಜುಗಳು • ಒಂದು ಬಾರಿ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಎಸ್‌ಟಿಐ ಬರುವುದಿಲ್ಲ • ಟ್ಯೂಬೆಕ್ಟಮಿ ಮತ್ತು ಗರ್ಭನಿರೋಧಕ ಸಾಧನಗಳು • ಟೀ, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಮತ್ತು ಬಿಸಿ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ	**ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು** • ರೋಗಕಾರಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಿಗಳು - ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ • ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ/ವರ್ತನೆ (ಉ: ಅನೇಕ ಜನ ಸಂಗಾತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗ) • ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಇರುವ ತಾಯಿಯಿಂದ ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗುವಿಗೆ • ಸೋಂಕಿತ ರಕ್ತ ಪೂರಣ
ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ಕಾರಣಗಳು • ಬೇಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ • ದೇವರು ನೀಡಿದ ಶಿಕ್ಷೆ • ಕೀಳು ನೈತಿಕತೆಯುಳ್ಳ ಜನರಿಗೆ ಬರುತ್ತೆ • ಇದು ವಿದೇಶೀ ರೋಗ; ವಿದೇಶೀಯರೊಂದಿಗೆ ಮಲಗಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಬರುತ್ತೆ • ಸಲಿಂಗ ಕಾಮಿಗಳು ಮತ್ತು ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯ ವ್ಯಸನಿಗಳು	**ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ಕಾರಣಗಳು** • ರೋಗಕಾರಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಿಗಳು - (ಎಚ್‌ಐವಿ) ವೈರಾಣು • ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಸಂಭೋಗ • ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸೂಜಿ, ಬ್ಲೇಡು, ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಬಳಸುವುದು • ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರಕ್ತವನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪೂರಣ ಮಾಡುವುದು • ಸೋಂಕಿತ ತಾಯಿಯು ಹೆರಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನಲ್ಲಿಯ ಸೋಂಕನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ಮಗುವಿಗೆ ಹರಡಬಹುದು

ನಂಬಿಕೆಗಳು/ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆಗಳು	ಸತ್ಯಾಂಶಗಳು
ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ಗಳ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು • ತೆಳ್ಳಗೆ ದುರ್ಬಲವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ • ಉಷ್ಣ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ • ಮುಖ ಕಪ್ಪಾಗಿರುತ್ತದೆ • ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರೇ ಇರಬಯಸುತಾರೆ • ಮುಖ ಮತ್ತು ನಾಲಗೆಯ ಮೇಲೆ ಮೊಡವೆಗಳು • ಆರೋಗ್ಯವಂತನಾಗಿ ಕಾಣುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ • ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಹೋಗುವ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಬಿಳಿಸ್ರಾವಗಳು ಸಹಜ	**ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ಗಳ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು** **ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐ** • ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಲಕ್ಷಣರಹಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ • ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಬಿಳಿಸ್ರಾವ • ಜನನಾಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು • ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ನೋವು • ಕಣ್ಣಿನ ಸೋಂಕಿನೊಂದಿಗೆ ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗು, ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಶಾಶ್ವತ ಕುರುಡುತನ **ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್** ಪ್ರಧಾನ - ದೇಹದ ತೂಕದ ಶೇ.10ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೂಕ ನಷ್ಟ - ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಜ್ವರ-ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟು/ ನಿರಂತರ - ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ, ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಜ್ವರ - ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟು/ ನಿರಂತರ ಅಪ್ರಧಾನ - ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮು - ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ - ಸಾಮಾನ್ಯ ತುರಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಚರ್ಮರೋಗ - ಒರೋಫ್ಯಾರೆಂಜಿಯಲ್ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್ - ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಿಂಫ್-ಅಡೆನೊಪತಿ
ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐಗಳ ಹರಡುವಿಕೆ • ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆ • ಉಡುಪು/ಒಳಉಡುಪು/ಬಟ್ಟೆಬರೆ • ಕೆಟ್ಟ ಕಣ್ಣು (ದೃಷ್ಟಿದೋಷ) • ಸೂಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಇಲ್ಲದ ಸಿರಿಂಜುಗಳು • ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮೂತ್ರ ಮಾಡಿದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ನಂತರ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಮೂತ್ರ ಮಾಡಿದರೆ • ಕೈಕುಲುಕುವುದು/ಜೊತೆಗೆ ಊಟ ಮಾಡುವುದು • ಬಿಸಿಯಾದ ಆಸನ **ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಹರಡುವುದು** • ಹೊಲಸು ನೀರಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು • ಸೊಳ್ಳೆ/ಕೀಟಗಳು ಕಚ್ಚುವುದು • ಒಂದೇ ಲೋಟ, ತಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಚಮಚೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು • ಸೋಂಕು ತಗುಲಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಊಟವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ತಿನ್ನುವುದು • ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕೈ ಕುಲುಕುವುದು ಮತ್ತು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತಬ್ಬುವುದು • ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು • ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಈಜುಗೊಳದಲ್ಲಿ ಈಜುವುದರಿಂದ • ಒಂದೇ ಕಕ್ಕಸನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ • ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೊಡುವುದರಿಂದ	**ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐಗಳ ಹರಡುವಿಕೆ** • ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ • ಸೋಂಕುಳ್ಳ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ **ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಹರಡುವುದು** • ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ/ ಯೋನಿಸ್ರಾವಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ಸ್ರಾವಗಳು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಬೆರೆಯುವುದು • ಎದೆ ಹಾಲು, ಶ್ವಾಸಕೋಶಾವರಣದ ದ್ರವ, ಸಂಧಿ ದ್ರವ, ಜಠರದ ಒಳಪೊರೆಯ ದ್ರವ, ಗರ್ಭದ ಒಳಗವಚದ ದ್ರವ ಮತ್ತು ಪಾಸ್ ಮೂಲಕವೂ ಹರಡುತ್ತದೆ

ನಂಬಿಕೆಗಳು/ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆಗಳು	ಸತ್ಯಾಂಶಗಳು
ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐ ಚಿಕಿತ್ಸೆ • ಸಂಭೋಗದ ನಂತರ ಜನನಾಂಗಗಳಿಗೆ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು ತಿಕ್ಕಿದರೆ ಸಾಕು • ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲದೇ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ • ಕನ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗ • ನಿಂಬೆ ಶರಬತ್ತು ಕುಡಿಯುವುದು • ಒಂದು ಸಲ ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು • ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಮುನ್ನ ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು • ಜನನಾಂಗಗಳನ್ನು ಡೆಟಾಲ್‌ನಿಂದ ತೊಳೆಯುವುದು • ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ ಮರೆಯಾದ ಕೂಡಲೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದು • ಹಂದಿಯೊಂದಿಗೆ, ಕತ್ತೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡಿದರೆ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ • ದಿನಕ್ಕೆ 4-5 ಬಾರಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೆ • ಮಂತ್ರ ಮಾಡಿಸಿದರೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ	**ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಆರ್‌ಟಿಐ ಚಿಕಿತ್ಸೆ** • ವೈದ್ಯಕೀಯ ನಿರ್ವಹಣೆ **ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ** • ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಸಾಧ್ಯ
ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಸೋಂಕಿತರ ಕುರಿತು ಮನೋಭಾವಗಳು • ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹೇಗೆ ತಗುಲಿತು ಎನ್ನುವುದರ ಮೇಲೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತೋರಬೇಕಾದ ಅನುಕಂಪವು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ • ಏಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಸತ್ತರೆ ಆ ಜನ ಅದಕ್ಕೆ ಲಾಯಕ್ಕು ಎನ್ನಬೇಕು • ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ಜನರು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಬಹಳ ಅಪಾಯಕಾರಿ • ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳ ಸುರಕ್ಷಿತತೆಗಾಗಿ, ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇರುವ ಮಗುವನ್ನು ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು • ಇತರ ಕಾರ್ಮಿಕರನ್ನು ಸೋಂಕಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಎಂದರೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಬಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೆಲಸದಿಂದ ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕು	• ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಕೆ/ಆತ ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು • ಅವರಿಗೂ ಮೂಲಭೂತ ಮಾನವೀಯ ಹಕ್ಕುಗಳು ಸಲ್ಲಬೇಕು (ಅನುಬಂಧವನ್ನು ನೋಡಿ)

ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವಿವಾದಾಸ್ಪದ ವಿಚಾರಗಳು
ಭಾರತೀಯ ಸಮಾಜದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನ ಮಾನಸಿಕ-ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ.

- ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವಿಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಆಚರಣೆಗಳು
  - ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು
  - ಚರ್ಮ ಚುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಚರಣೆಗಳು
  - ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ನಾಟಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
  - ದೇವದಾಸಿ ಪದ್ಧತಿ

- ಅಸತ್ಯ ಮಾಹಿತಿ
  - ನಕಲಿ ವೈದ್ಯರು ತಾವು ಏಡ್ಸ್ ಖಾಯಿಲೆಯನ್ನು ವಾಸಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಂದು ಡಂಗುರ ಹೊಡೆಯುವುದು

- ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು
  - ದೊಡ್ಡವರು ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಪ್ಪುದಾರಿ ಹಿಡಿಯದಂತೆ ರಕ್ಷಿಸುವರು

8 ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂವಹನ ಮತ್ತು ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನಾ ಸೇವೆಗಳು- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ

ಪೀಠಿಕೆ

ಎಚ್‌ಐವಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಗಡಿಯ ಮಿತಿಗಳಿಲ್ಲ. ಅದು ನಗರ ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶ ಎಲ್ಲ ಕಡೆಯೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳು ಉತ್ತಮ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸಬಹುದು. ತಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಅವರು ಎಚ್‌ಐವಿಯ ಅಪಾಯದ ಕುರಿತು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಸಬಹುದು. ಇದು ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವಿಚಾರವಾದ್ದರಿಂದ ಜನರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದರಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲಗಳು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಸಂವಹನದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ
- ಸಂವಹನದ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳ/ಅವಸ್ಥೆಗಳ ಕುರಿತು ಅರಿತಿರುತ್ತಾರೆ
- ಮೂಲಭೂತ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಕಲಿತಿರುತ್ತಾರೆ
- ಸಂವಹನವು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗುವುದರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಅರಿತಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ನರ್ಸ್‌ಗೆ ತನ್ನ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲಗಳ ಕುರಿತು ಸ್ವ ಅರಿವು ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ
- ಸಂವಹನವು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಲು ಕೆಲವು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಹಂತಗಳ ಸರಣಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ
- ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವಹನ ತಂತ್ರಗಳು ಸಂವಹನವನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ
- ಸಂವಹನದಲ್ಲಿರುವ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬೇಕು
- ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಎಂಬುದು ಎಚ್‌ಐವಿಯ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಥವಾ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ
- ಎಚ್‌ಐವಿಯ ಅಪಾಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಥವಾ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ತರಬೇತಿ ಹೊಂದಿದ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕರಿಲ್ಲದಾಗ ನರ್ಸುಗಳೇ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಬಹುದು
- ಎಚ್‌ಐವಿಯ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಥವಾ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಬಹುದು
- ಎಚ್‌ಐವಿಯ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಥವಾ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದನ್ನು ನರ್ಸುಗಳೇ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಕಲಿಯಬಹುದು

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಸಂವಹನ:
ವ್ಯಕ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವೆ, ಮಾಹಿತಿ, ವಿಚಾರ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೇ ಸಂವಹನ

ವರ್ತನೆ: ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಟ್ಟು ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆ, ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಹೊರಗಿನಿಂದ ಕಾಣಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆ.

ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆ ಸಂವಹನ: ನಿಗದಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ/ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುವ ಉದ್ದೇಶದ ವ ಮಾಹಿತಿ, ವಿಚಾರ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂವಹನ.

ಒಬ್ಬ ಸಂವಹನಕಾರನಾಗಿ/ಳಾಗಿ ನನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೇನು?
ಮುಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ, ಸಂವಹನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳೇನು ಮತ್ತು ಕೊರತೆಗಳೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಪಟ್ಟಿ - ಸಂವಹನಕಾರನಾಗಿ ನನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೇನು?

	ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ	ಮಾಡಬಲ್ಲೆ	ಮಾಡಲಾರೆ
ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೆ			
ಇತರರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೆ			
ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಲ್ಲೆ			
ನನ್ನ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಸಂತೋಷವಾಗಿರಬಲ್ಲೆ			
ನನ್ನ ಮಿತಿಗಳನ್ನು/ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ			
ನಾನು ನನ್ನ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಲ್ಲೆ			
ಇತರರು ನನ್ನ ಕುರಿತು ನೀಡುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಯಾವುದೇ ಸಂಕೋಚವಿಲ್ಲದೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ			
ಇತರರು ನನ್ನ ಕುರಿತು ನೀಡುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಯಾವುದೇ ಬೇಸರವಿಲ್ಲದೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ			
ಮಾತಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾದ ಆಂಗಿಕ ಭಾಷೆಯನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ			
ಇತರರ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ನಾನು ಸ್ಪಂದಿಸಬಲ್ಲೆ, ಅನುಕಂಪ ತೋರಬಲ್ಲೆ			
ನಾನು ನನ್ನ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಲ್ಲೆ			
ಅಪಾರ್ಥದ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ನಾನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲೆ (ಪದಗಳು ಒಂದು ಹೇಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯೆ ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ)			
ತುಂಬ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾನು ಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ			
ಇತರರಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಿತವೆನಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಬರುವ ಹಾಗೆ ನಾನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲೆ			
ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆಸಹಾಯಕವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೀಡಬಲ್ಲೆ			
ನಾನು ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮಾತಿನ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಲ್ಲೆ			
ಇತರರನ್ನು ಅವರು ಹೇಗಿದ್ದಾರೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ			
ನೀತಿನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೇ ಇತರರ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನ ವರ್ಣಿಸಬಲ್ಲೆ			
ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದ್ದರೂ ಇತರರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ			
ಹೊಸ ಮೌಲ್ಯಗಳು, ಧೋರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತೇನೆ			

ಕರಪತ್ರ 8.1: ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂವಹನಕ್ಕೆ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

ಸಂವಹನದ ಹಂತಗಳು

ಸಂದೇಶ

- ಚಿಕ್ಕ ಮತ್ತು ಸರಳ ವಾಕ್ಯಗಳ ಬಳಕೆ
- ಕೇಳುಗರು ನಿರಾತಂಕವಾಗಿರುವುದು
- ಕೇಳುಗರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು
- ಅನೇಕ ಹೆಸರುಗಳು ಮತ್ತು ಅಪರಿಚಿತ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸದೇ ಇರುವುದು
- ಒಂದು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಅಂಶವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು
- ಕೇಳುಗರ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮಾತಾಡುವುದು
- ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ/ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕೇಳುವುದು
- ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಹೇಳುವುದು
- ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಾರಾಂಶ ಮಾಡಿ ಹೇಳುವುದು

ಆಲಿಸುವುದು/ಭಾಷೇತರ ಸಂವಹನ

- ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮುಖ ಕೊಟ್ಟು ಮಾತಾಡುವುದು
- ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕಡೆ ಕಿರುನಗೆ ಬೀರುವುದು
- ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಡೆ ಬಾಗುವುದು
- ಆಗಾಗ ತಲೆ ಆಡಿಸುವುದು
- 'ಸರಿ' 'ಹೂಂ' 'ಹೌದು' ಎಂದು ಹೇಳುವುದು
- ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಲು ಹಿಂಜರಿಯದೇ ಇರುವುದು

ಧ್ವನಿ

- ಮಾತುಕತೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ರೀತಿಯ ಸ್ನೇಹಪರ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು
- ಹೊಗಳಿಕೆ, ಅನುಮೋದನೆಗಳನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುವುದು

ಪ್ರಶ್ನೆಕೇಳುವ ವಿಧಾನ

- ಮುಕ್ತ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕೇಳುವುದು
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು
- 'ಹೇಗೆ?', 'ಯಾವಾಗ?', 'ಏಕೆ?', ಅಥವಾ 'ಏನು?' ಎಂಬ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು
- ಒಂದು ಸಲಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳುವುದು
- ತಕ್ಷಣ ಮತ್ತೆ ಮಾತಾಡದೇ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಬರುವ ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುವುದು
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಕೇಳುವುದು

ಕರಪತ್ರ 8.2: ಸಂವಹನದಲ್ಲಿರುವ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಡ್ಡಿಆತಂಕಗಳು	ಪರಿಹಾರಗಳು
ಮನೋಭಾವಗಳು	ಮನೋಭಾವಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಸಹಜ. ನೀವು ಒಪ್ಪದೇ ಇದ್ದರೂ, ಇತರರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನೂ ಗೌರವಿಸಿ.
ನಂಬಿಕೆಗಳು	ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾದ ನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿ ತಟಸ್ಥವಾದ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀವೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು, ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿಯ ಮೂಲಕ ನಿರುತ್ತೇಜಿಸಿ. ಉದಾ: ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಹಿಷ್ಕರಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ
ತಪ್ಪು ಗ್ರಹಿಕೆಗಳು	ಸಂದೇಹಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ನಿವಾರಿಸಿ
ಭಾಷೆ	ಕೇಳುಗರಿಗೆ ಪರಿಚಯವಿರುವ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿ/ಸಂವಹನಿಸಿ
ಆಲಿಸದೇ ಇರುವುದು	ಉತ್ತಮ ಕೇಳುಗರಾಗಿ (ಚೆಕ್ ಲಿಸ್ಟ್-2ನ್ನು ನೋಡಿ) ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾತಿನ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಮರಳಿ ತನ್ನಿ
ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಭಿನ್ನತೆಗಳು	ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಮುದಾಯದ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಅರಿವು ನಿಮಗೆ ಇರಲಿ, ಮತ್ತು ನೀವು ಅದನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ
ಸಮುದಾಯದ ಅಗತ್ಯಗಳ ಅರಿವು ಇಲ್ಲದಿರುವುದು	ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಂಬುವ ಆತನ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಮಾತಾಡಿ
ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು	ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಿದ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬನ್ನಿ
ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ನೀತಿಗಳು	ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎಲ್ಲ ಮೌಲ್ಯ ಮತ್ತು ನೀತಿಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪದೇ ಹೋದರೂ, ತಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯ ಮತ್ತು ನೀತಿಗಳ ಕುರಿತು ಅವರಿಗಿರುವ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಹಕ್ಕನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ
ಪೂರ್ವಗ್ರಹ (ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಣಯ)	ಮೌಲ್ಯ/ನೀತಿಗೆ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ, ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಸಂವಹನ ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಬೇರೆಯವರ ಕುರಿತು ಸರಿ-ತಪ್ಪು ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ

ಸಂವಹನದಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು


ಮುಜುಗರ ಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು


ಪರಿಹಾರವಿಲ್ಲದಿರುವುದು


ತನ್ನ ವಿಚಾರದ ಕುರಿತು ಗೊಂದಲ


ಅವಸರ ತೋರುವುದು


ಮಾತುಕತೆ ಆರಂಭಿಸಲು ಕಷ್ಟ

ಸಮುದಾಯದ ಅಡೆತಡೆಗಳು	ಪರಿಹಾರಗಳು
ಇರುವ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದು	ಮಾಹಿತಿ, ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಂವಹನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಪ್ರಭಾವೀ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಹಕಾರ ಪಡೆಯುವುದು
ಭಯ ಮತ್ತು ಕಳಂಕ	ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ತೋರುವುದರ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿ ಎಚ್ ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಅರಿವು ನೀಡಿ
ಅನಕ್ಷರತೆ	ಸಮಸ್ಯೆಯ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಿ
ಮುಜುಗರ/ಸಂಕೋಚ	ಅವರ ವಿಶ್ವಾಸಗಳಿಸಿಕೊಂಡು, ಏಡ್ಸ್ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡುವುದೂ ಸಹಜ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಿ
ಅಸಹಾಯಕತೆ	ರೋಗದ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವಲ್ಲಿ, ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಅವರ ಪಾತ್ರವೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿ. ಉದಾ: ನಡವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ವಿಧ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ಮುಖಾಂತರ

ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆ ಸಂವಹನ

ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆ ಸಂವಹನದ ಗುರಿಗಳು

- ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ರೂಢಿಸುವುದು
- ಉದ್ದೇಶಿತ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ಪ್ರೇರಿತನಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು
- ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದಾದ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು
- ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ಅಗತ್ಯವಾದ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು
- ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಡೆದಿರುವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು

ಕೆಳಗಿನ ವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ

- ಸ್ವಯಂಕಾಳಜಿ
- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು
- ಲೈಂಗಿಕ ವರ್ತನೆಗಳು
- ಕುಟುಂಬ ಜೀವನ

ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಇರುವ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು

- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮನೋಭಾವ
- ಸಾಮಾಜಿಕ-ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು
- ಕ್ಷೇತ್ರದ ಕುರಿತು ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು
- ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಕೊರತೆ

ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳು

- ಮನೋಭಾವಗಳು ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಗಳು
- ತಿಳುವಳಿಕೆ
- ಕೌಶಲಗಳು
- ಉತ್ತೇಜನ

ಕರಪತ್ರ 8.3 : ಸಂವಹನ ಅಥವಾ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಹಂತಗಳು

ಪರಿಚಯಪೂರ್ವ ಹಂತ

- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುರಿತು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು
- ತಾನೇ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡುವುದು (ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ತನಗೆ ಇರುವ ಭಾವನೆಗಳ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ)

ಪರಿಚಯ ಹಂತ

- ಪರಿಚಯ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ವಿಶ್ವಾಸ ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಗೋಪ್ಯದ ಭರವಸೆ ಕೊಡುವುದು (ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿಡುವ ಕುರಿತು)
- ನಿರ್ಧಾರಣೆಗೆ ಪೂರಕವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು (ಕೊನೆಯ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆ ಅಥವಾ ಸಂಪರ್ಕ ನಡೆದದ್ದು ಯಾವಾಗ ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸುವುದು, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬದುಕಿನ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂದರ್ಭಗಳ ವಿವರವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು. ಉದಾ: ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮದುವೆಯಾಗಿದೆಯೇ, ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆಯೇ, ವಲಸೆ ಬಂದಿದ್ದಾರೆಯೇ ಇತ್ಯಾದಿ.)
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಲ ಮತ್ತು ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು. ಉದಾ: ಸಹಕರಿಸುವುದು, ಕುಟುಂಬ ಸಹಯೋಗ ಇತ್ಯಾದಿ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತು ಎಷ್ಟು ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂದು ಅಂದಾಜಿಸುವುದು

ಕಾರ್ಯ ಹಂತ (ನೀಡಿರುವ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ)

- ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು
  - ಮಾಡಲಾಗುವ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು
  - ಅವುಗಳ ಉದ್ದೇಶಗಳು
  - ವಿಂಡೋ ಪಿರಿಯಡ್
  - ಪಾಸಿಟಿವ್ ಅಥವಾ ನೆಗಿಟಿವ್ ಫಲಿತಾಂಶದ ಅರ್ಥ
  - ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಬೀರುವ ಪ್ರಭಾವ
  - ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶದ ಕುರಿತು ಯಾರಿಗೆ ತಿಳಿಯಬೇಕು
- ಸಂದೇಹಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು
- ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ಇರುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಕುರಿತು ಪರಿಚಯ ನೀಡುತ್ತದೆ.
- ಎಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ಸಮ್ಮತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು
- ಎಚ್ಐವಿ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಕೊಡುವುದು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಬಲ್ಲರು ಎಂಬುದರ ಅಂದಾಜು ಮಾಡುವುದು.
- ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಎಚ್ಐವಿ ಹರಡುವಿಕೆ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸಿದರು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅವುಗಳ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ·
- ನಿರ್ಣಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನೆರವಾಗುವುದು
- ಆಕೆಯ/ಆತನ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಹಾಜರಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೇಳುವುದು

ಮುಕ್ತಾಯ ಹಂತ

- ನೀಡಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಾರಾಂಶವಾಗಿ ಹೇಳುವುದು
- ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸೇವೆಗಾಗಿ ಸೇವಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಹಾಜರಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಡುವುದು

ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಕೂಡದು......

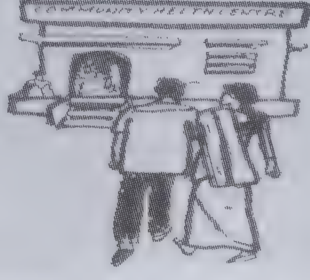

ನ್ಯಾಯದಾನ ಪ್ರವೃತ್ತಿ


ಮುಜುಗರ ಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು


ಬುದ್ಧಿವಾದ ಹೇಳುವುದು

ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು.....


ನಿಮ್ಮ ಭಂಗಿಗಳ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿ / ಸಮಲಿಂಗದವರಾದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು


ಬೆಂಬಲವನ್ನು ತೋರಿಸಿ

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗುವ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಘಟಕಗಳು

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಮಾಡಲು ವಿವಿಧ ಕೌಶಲಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅವನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು.

1. ಪರೀಕ್ಷಾಪೂರ್ವ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ
ಪರೀಕ್ಷಾಪೂರ್ವ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಅಂಶಗಳು

i. ಯಾರನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಗುರುತಿಸುವುದು

ಕರಪತ್ರ -8.4ರಲ್ಲಿ, ಎಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕರಪತ್ರ 8.4 : ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು

- ಸಲಿಂಗ ಕಾಮಿ ಅಥವಾ ಉಭಯಲಿಂಗ ಕಾಮಿ ಪುರುಷರು
- ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಇಂಜೆಕ್ಟ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರು
- ರಕ್ತಪೂರಣ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡವರು
- ದಾನಿಗಳು: ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ ಅಥವಾ ಅಂಗದಾನಿಗಳು
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ಅಥವಾ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ವರ್ತನೆಯುಳ್ಳ ತಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ ಶಿಶುಗಳು
- ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳಿಂದ ಪೀಡಿತರು
- ಸಂದೇಹವುಳ್ಳವರು- ತನಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಆಗಿರಬಹುದೆಂದು ಶಂಕಿಸುವ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ
- ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಬಿ, ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಸಿ (ಎ/ಬಿ ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಅಲ್ಲದ) ಇರುವವರು
- ಏಡ್ಸ್-ನಂಥ ಅನಾರೋಗ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಏಡ್ಸ್‌ನಂಥಲಕ್ಷಣಗಳುಳ್ಳ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಉಳ್ಳವರು
- ಅನೇಕ ಜನ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿ ಉಳ್ಳವರು-ಹಣಕ್ಕಾಗಿ, ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಕ್ಕಾಗಿ
- ಸಲಿಂಗ ಮತ್ತು ಉಭಯಲಿಂಗ ಕಾಮಿಗಳು, ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಅಥವಾ ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಂಗಾತಿಗಳು
- ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದವರು
- ಕ್ಷಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರು

ii. ಒಬ್ಬವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧಾರಣೆ ಮಾಡಿ

ಕರಪತ್ರ 8.5ರಲ್ಲಿ ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕೇಳಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿದೆ

ಕರಪತ್ರ 8.5: ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಕೇಳಬಹುದಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

- ಒಬ್ಬರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಗಾತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇದೆಯೇ?
- ನೀವು ಸ್ತ್ರೀ ಅಥವಾ ಪುರುಷರೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಇಬ್ಬರೊಂದಿಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ?
- ನೀವು ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಸದೇ ಬಾಯಿ, ಗುದ ಅಥವಾ ಯೋನಿ ಸಂಭೋಗವನ್ನು ಮಾಡುವಿರಾ?
- ನಿಮ್ಮ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನ ವಿಚಾರಗಳ ಇವೆಯೆಂಬ ಸಂದೇಹವಿದೆಯೇ?
  - ಹೆಚ್ಚು ಜನ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗಳು /ಉಭಯಲಿಂಗ ಕಾಮ / ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸ / ಇತರ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸ / ರಕ್ತಪೂರಣ ತೆಗೆದುಕೊಂಡದ್ದು
- ನಿಮಗೆ ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಕೆಳಗಿನ ತೊಂದರೆಗಳು ಆಗಿದ್ದವೇ? ಜನನಾಂಗದಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು / ಗಂಟು/ಗಂತಿಗಳು / ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳು
- ನೀವು ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಇಂಜೆಕ್ಟ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ? ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಬಳಸಿದ ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದ್ದಿರಾ?

iii. ಪರೀಕ್ಷಾಪೂರ್ವ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಿರಿ.

- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಉದ್ದೇಶ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಮಿತಿ
- ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳು
- ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ವಿಧಾನಗಳು
- ಶೀಘ್ರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ರಮದ ಮಹತ್ವ - ಇದರಿಂದಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿನ ಅಸಹಾಯಕ ಭಾವನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಪಾಸಣೆಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದಾದ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ, ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ಕಾರಣಗಳು, ಅದು ಹರಡುವ ವಿಧಾನ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಮುನ್ಸೂಚನೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಪ್ಪದೇ ಇರುವಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೂ ಇರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಭಾಗಿಗಳ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಅವರ ಗುರುತು ಪರಿಚಯ ಕೇಳದೆ, ಬೇನಾಮಿಯಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಬೇಕು

iv. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಕುರಿತು ಸವಿವರವಾಗಿ ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ

1. **ಖಚಿತ ರೋಗ ನಿರ್ಧಾರ:** ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ, ಒಂದೇ ರಕ್ತಮಾದರಿಯ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಮೂರು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.
2. **ತಿಳಿದಿರುವ ಸೋಂಕು ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕಾಗಿ:** ಮೊದಲ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರದೇ ಇದ್ದರೆ, ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು 3-6 ತಿಂಗಳ ಒಳಗಾಗಿ ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾಗಲು ಸಲಹೆ ನೀಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ, ಅವರು ಆಗ ವಿಂಡೋ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿರಬಹುದು.
3. **ಎಚ್‌ಐವಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಲಕ್ಷಣಗಳು:** ಅನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಬರುವ ವರೆಗೆ, ಅದೇ ರಕ್ತಮಾದರಿಯ ಮೇಲೆ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ ಮರುಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿ.

ಒಂದೇ ರಕ್ತ ಮಾದರಿಯ ಕುರಿತು, ಮೂರು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಪಾಸಿಟಿವ್ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಎಂದು ಬರುವ ವರೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಹೇಳಬೇಡಿ.

ಪರೀಕ್ಷೋತ್ತರ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ

ಪರೀಕ್ಷೋತ್ತರ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಎರಡು ಬಗೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು

- ಎಚ್‌ಐವಿ ನೆಗೆಟಿವ್ ಎಂದು ಫಲಿತಾಂಶ ಬಂದ ಅಥವಾ ಮಧ್ಯಂತರ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಎಂದು ಫಲಿತಾಂಶ ಬಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು

ಕರಪತ್ರ 8.6:

ಎಚ್‌ಐವಿ ನೆಗೆಟಿವ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು (ಯಾವುದೇ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಅಪಾಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಅಂಶ ಇಲ್ಲ) ಮತ್ತು ಅನಿಶ್ಚಿತವಾದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು (ಯಾವುದೇ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇಲ್ಲ ಆದರೆ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯ ಅಂಶ ಇವೆ.)

ಎಚ್‌ಐವಿ ನೆಗೆಟಿವ್

1. ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಮುಖಾಮುಖಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿ.
2. ವ್ಯಕ್ತಿ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಇನ್ನೊಂದು ದಿನವನ್ನು ನಿಗದಿ ಪಡಿಸಿ, ಜೊತೆಗೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿರುವ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬರನ್ನು ಕರೆದುತರಲು ಹೇಳಿ.
3. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳು, ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ ಇತ್ಯಾದಿ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಮುಂತಾದ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದರ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಸಿ.
4. ಮೂರು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿ.

ಅನಿಶ್ಚಿತ ಪರಿಣಾಮಗಳು

1. ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಮುಖಾಮುಖಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿ.
2. ವ್ಯಕ್ತಿ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಇನ್ನೊಂದು ದಿನವನ್ನು ನಿಗದಿ ಪಡಿಸಿ, ಜೊತೆಗೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿರುವ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬರನ್ನು ಕರೆದುತರಲು ಹೇಳಿ.
3. ಇನ್ನಷ್ಟು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅನುಸರಣೆ, ಮತ್ತು ಅವರ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಪರಿಣಾಮ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಎಂದು ಬಂದಿದ್ದು, ಅವರಿಗೆ ಸೋಂಕಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಇದೆಯೆಂದಾದರೆ, ಅವರ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದರ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಸಿ.
4. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರದ ರೀತಿಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಬಂದಿದ್ದು, ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಸೋಂಕಿನ ಯಾವುದೇ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿ.
5. ಅನಿಶ್ಚಿತ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಸೋಂಕು ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬೇಡಿ.
6. ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ, ಎದೆಹಾಲು ಅಥವಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ದಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿರೆಂದು ಅವರಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ.

ಕರಪತ್ರ 8.7 :

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ಅವರ ಪತಿ/ಪತ್ನಿ ಅಥವಾ ಸಂಗಾತಿಗಳಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

1. ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಮುಖಾಮುಖಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಿ.
2. ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಕೇಳಲು ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಿದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಇನ್ನೊಂದು ದಿನ ನಿಗದಿ ಪಡಿಸಿ, ಅಂದು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ತಮಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ ಯಾರಾದರನ್ನೂ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರುವಂತೆ ಹೇಳಬೇಕು.
3. ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರುವ ವಿಚಾರವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿ.
   - ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲು ಬೇಕಾದ ಮಾನಕ (ಸ್ಟ್ಯಾಂಡರ್ಡ್) ಸೂಚನೆಗಳು ಅಂತ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ
   - ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಾತಿನ ಜಾಡನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಿ. ಉದಾ: ಫಲಿತಾಂಶ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೇಳುವ ಮುಂಚೆ, 'ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಯೋಚನೆ ಮಾಡ್ತಾ ಇದ್ರಾ? ತಿಳ್ಕೋಬೇಕಾ' ಎಂದು ಕೇಳಿ. ಇಂಥ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ನೀಡುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದಲೇ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಂತಿಮ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಕೇಳಲು ಎಷ್ಟು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದರ ಸುಳಿವು ಸಿಗುತ್ತದೆ.
   - ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ, ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ.
   - ಫಲಿತಾಂಶದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹೋಗಲು ಸಮಯ ನೀಡಿ.
   - ನಿಮ್ಮ ವಿಧಾನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರಲಿ. ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಆದರೆ ಮುಂದೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಸಿ.
4. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಿ.
5. ವ್ಯಕ್ತಿ ತೋರುವ ತಕ್ಷಣದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
6. ಆಶಾಭಾವನೆಯನ್ನು ತಾಳಲು ಮುಂದುವರಿದ ಬೆಂಬಲ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. 'ನಿಮಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರುವುದು ನಿಜ. ಆದರೆ ನೀವು ಈಗಲೂ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಬದುಕುವಂಥ ಅನೇಕ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿವೆ.' ಅಥವಾ 'ನಿಮಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಆಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದ ನಂತರವೂ ನೀವು ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿ ಬದುಕಲು ನನ್ನ ಬಳಿ ಅನೇಕ ಸಲಹೆಗಳು ಇವೆ' ಎಂದು ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಹೇಳಿದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದುಕುವ ಆಸೆ ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಕರಪತ್ರ 8.8 :

ಮುಂದುವರಿದ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲ ಮುಂದುವರಿಕೆ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲದ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸುವಾಗ, ಮೃದುಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಿ

- ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವ ಅಗತ್ಯ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಗಾತಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ
- ವೈಯಕ್ತಿಕ, ಕೌಟುಂಬಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲ
- ಕಾನೂನು ಸಲಹೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳ ಪರಿಶೀಲನೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಶಿಫಾರಸು
- ಕುಟುಂಬ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಬಗ್ಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗಾಗಿ ವಿಶಿಷ್ಟಸೇವೆಗಳು
- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಿಫಾರಸ್ಸು
- ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಯೋಜನೆ

ಕರಪತ್ರ 8.9 : ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ

ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ

- ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಅಭ್ಯಾಸ
- ಆತ್ಮಗೌರವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು
- ಮದ್ಯಪಾನ, ಮಾದಕದ್ರವ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು
- ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಹರಡುವಿಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಚಾರಗಳು
  - ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ, ಎದೆಹಾಲು, ಅಂಗಾಗಗಳ ದಾನ ನೀಡದೇ ಇರುವುದು
  - ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಬಳಸದೇ ಇರುವುದು
  - ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯ ಸೇವನೆಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಕ್ರಿಮಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿದ ಸೂಜಿ ಮತ್ತು ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು
  - ರಕ್ತತಾಗಿದ, ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಟ್ಟಾದ ನಂತರ ರಕ್ತತಾಗಿದ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸುವುದು
  - ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಟೂತ್ ಬ್ರಷ್, ರೇಜರುಗಳು, ಬ್ಲೇಡುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು

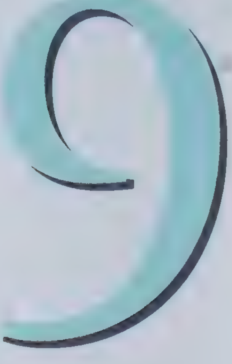
ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು:

ಚರ್ಚಿಸ ಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಅಗತ್ಯವಿರುವಾಗ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಸೇವೆಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೇಳಬೇಕಾದುದು ಅಗತ್ಯ. ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳು ಇಂತಿವೆ:

- ಬೇಗನೇ ಸೂಕ್ತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವುದು
- ಆಶಯದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದು
- ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು
- ಆರೋಗ್ಯ ಮಾಹಿತಿಯ ಅಗತ್ಯ
  - ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ- ಕಾರಣ, ಹರಡುವಿಕೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಆಯ್ಕೆಗಳು, ಮುನ್ಸೂಚನೆ
  - ಇದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು
  - ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ, ಎದೆಹಾಲು, ಹೆರಿಗೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಸಿನ ಮೂಲಕ, ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು
  - ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಇತರರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವ ತಾಯಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಭ್ರೂಣ ಅಥವಾ ಶಿಶುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಉಪಾಯಗಳು
  - ಸಂಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯ ಅಥವಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಅಗತ್ಯ
  - ಬೆಂಬಲದ ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಲಭ್ಯತೆ
  - ಪುನರ್ವಸತಿಗಾಗಿ ರೆಫರಲ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಇನ್ನಷ್ಟು ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿ ಸಮುದಾಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು

ಕರಪತ್ರ 8.10: ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮರಣಕ್ಕಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು

- ತನ್ನ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ಏನನ್ನು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪರಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೆಂಬಲದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಅಂದಾಜು ಮಾಡಿ (ಕುಟುಂಬ, ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಇತರ ಬಗೆಯ ಬೆಂಬಲ)
- ಬರಲಿರುವ ಮರಣದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಯಾವ ಬಗೆಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ
- ತನ್ನ ಭಾವನೆ, ಭಯ, ಅಗತ್ಯ ಅಥವಾ ಕಾಳಜಿಗಳನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿ
- ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರಿಸುವಾಗ ಅವರಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿ
- ಏನಾದರೂ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಹಾಯ ಬೇಕೇ, ಯಾರಾದರೂ ಅವರ ಜೊತೆ ಇರಬೇಕೇ ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿ
- ತನ್ನ ಕುಟುಂಬಕ್ಕಾಗಿ ಏನಾದರೂ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಬಯಸುವರೇ ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿ
- ಯಾವುದಾದರೂ ಧಾರ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೋಡಲು ಬಯಸುವರೇ ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿ
- ತನ್ನ ಅಂತಿಮ ಸಂಸ್ಕಾರಕ್ಕಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳಿವೆಯೇ ಎಂದು ಕೇಳಿ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿರಾತಂಕವಾಗಿ ಇರುವಂತೆ ಸೂಕ್ತ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ
- ಎಲ್ಲದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಇರಿ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ



ಎಚ್ ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರಿಗಾಗಿ ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆ

ಪೀಠಿಕೆ

ದೂರ ಇಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನೇ ವಿನಃ ಎಚ್ ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಆಗಿರುವವರನ್ನು ಅಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವಷ್ಟು ಎಚ್ ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇರುವವರ ಆರೈಕೆ ಸಮುದಾಯವೇ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವುದಾದರೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವಷ್ಟು ಸೌಕರ್ಯವನ್ನು ತೀವ್ರ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಇರುವವರ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಮೀಸಲಿಡಬಹುದು.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ
- ಆರೈಕೆಯ ಪ್ರಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆಯ ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕ ಸೇತುವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಎಚ್ ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆಯು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ
- ಸಮುದಾಯ ಆದಾರಿತ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳು ಪ್ರಮುಖ ಸಂಪರ್ಕದ ಕೊಂಡಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು
- ಎಚ್ ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ತೀವ್ರ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಸೇವೆಯನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು
- ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಬೆಂಬಲ ಗುಂಪುಗಳು, ಸರಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಮನೆಗಳನ್ನು ಎಚ್ ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ದೈನಂದಿನ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಬಳಸಬಹುದು

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಮೂಲ ಪದಗಳ ಅರ್ಥ

ಆರೈಕೆ

ಆರೈಕೆ ಎಂದರೆ, 'ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಳಜಿ ತೋರುವುದು' ಎಂದರ್ಥ. ಎಂದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಹಜ ಬದುಕನ್ನು ಬದುಕಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಎಂದರ್ಥ.

ಆರೈಕೆ ಎಂದರೆ.......

- ಅವರ ಊಟವನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವುದು
- ಅವರಿಗೆ ಊಟ ಮಾಡಿಸುವುದು
- ಅವರು ಬಟ್ಟೆ ಉಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು
- ಅವರೊಂದಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಮಾತಾಡುವುದು
- ಅವರು ಶೌಚಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು

ಆರೈಕೆಯ ನಿರಂತರತೆ

- ಪ್ರವೇಶ/ಆರಂಭ
- ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದು
- ನಿರ್ವಹಣೆ
- ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದವರೊಂದಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ
- ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಅಥವಾ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಾವಿನ ನಂತರ ಕುಟುಂಬದ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲ

ಬೆಂಬಲ

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಸಹಾಯದ ಮೊತ್ತವೇ ಬೆಂಬಲ. ಕುಟುಂಬ, ಸ್ನೇಹಿತರು, ಪ್ರೇಮಿಗಳು, ಸಂಗಾತಿಗಳು ನೀಡುವ ಬೆಂಬಲ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಕರಪತ್ರ 9.1: ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇದ್ದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದುಕುವುದು ಎಂದರೆ.....

- ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಕಾಲ ಕಳೆಯುವುದು
- ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಆಶಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು
- ಸ್ವಯಂ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು
- ಏನಾದರೂ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವುದು
- ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ವಿರಾಮ ಎರಡನ್ನೂ ಸಮವಾಗಿ ತೂಗಿಸುವುದು
- ಮದ್ಯಪಾನ ಮತ್ತು ತಂಬಾಕುಗಳ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದು
- ಏನಾದರೂ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾದರೆ ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು
- ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಮತ್ತು ಸಾಮೂಹಿಕ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನಾ ಸಭೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು
- ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು

ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆಯ ಅಂಗಾಂಶಗಳು

1. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಳು

ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 2ನ್ನು ಓದಿ.

2. ನರ್ಸಿಂಗ್ ಸೇವೆಗಳು:

ನರ್ಸಿಂಗ್ ಆರೈಕೆಯ ಗುರಿ

- ಎಚ್ಐವಿ ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಯುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದು (ಅಧ್ಯಾಯ 8ನ್ನು ನೋಡಿ)
- ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಬಂದವರು ಮತ್ತು ಅವರ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ, ಅದನ್ನು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕುರಿತು ಹೇಳಿಕೊಡುವುದು (ಅಧ್ಯಾಯ 4 ನ್ನು ನೋಡಿ)
- ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ (ಅಧ್ಯಾಯ 8 ನ್ನು ನೋಡಿ)



ನರ್ಸಿಂಗ್ ಆರೈಕೆಯ ಗುರಿ - ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ

3. ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲ

- ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿಯೇ, ಎಲ್ಲಮಟ್ಟದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯವರಿಂದ ಮತ್ತು ಸಮಾಜಸೇವಕರಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸಾಮಾಜ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಸರಕಾರೇತರ ಸಂಘಗಳ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಮೂಲಕ ಈ ಬೆಂಬಲ ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕು.



ಸಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲ ಎಚ್ಐವಿಯೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ

ಆರೈಕೆಯ ಸ್ವರೂಪ

1. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಆರೈಕೆ

ಮನೆಯಲ್ಲೇ ನೀಡುವ ಆರೈಕೆಯ ಕ್ರಮ

- ರೂಢಿಗತ ನಮಸ್ಕಾರ
- ಕೊನೆಯ ಭೇಟಿಯ ನಂತರದಿಂದ ಇಂದಿನ ವರೆಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಸ್ಥಿತಿಯು ಹೇಗೆ ಮುನ್ನಡೆದಿದೆ ಎಂಬುದರ ಅವಲೋಕನ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೈಹಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ
- ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಔಷಧಿಯ ಪೂರೈಕೆಯಲ್ಲಾಗಲೀ ಇನ್ಯಾವುದೇ ಇತರ ತೊಂದರೆಯಾಗಲೀ ಇದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ವಿಚಾರಿಸುವುದು
- ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ನೈರ್ಮಲ್ಯದ ಕುರಿತು ಹೇಳಿಕೊಡುವುದು
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಂಬಲ (ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಬಯಸಿದರೆ)
- ಮುಂದಿನ ಬೇಟಿಯ ದಿನಾಂಕವನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು

ಮನೆಯಾರೈಕೆಯ ಸಂಚಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಔಷಧಿಗಳು	ಹೊರಔಷಧಿಗಳು
• ಸೋಡಾ ಬೈಕಾರ್ಬೊನೇಟ್ 500 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.	• ಬೆಂಜೈಲ್ ಬೆಂಜೊಏಟ್ - 30 ಮಿ.ಲೀ
• ಫೆರಸ್ ಸಲ್ಫೈಟ್	• ಕ್ಯಾಲಮೈನ್ ಲೋಷನ್ 500 ಮಿ.ಲೀ.
• ಲೊಪೆರಾಮೈಡ್	• ಜೆಂಟಿಯನ್ ವೈಲೆಟ್ 15 ಮಿ.ಲೀ. ವೈಯಲ್‌ಗಳು
• ಮಲ್ಟಿವಿಟಮಿನ್ ಮಾತ್ರೆಗಳು	• ಹೈಡ್ರೋಜನ್ ಪೆರಾಕ್ಸೈಡ್ - 30 ಮಿ.ಲೀ. ವೈಯಲ್‌ಗಳು
• ಓರಲ್ ರಿಹೈಡ್ರೇಶನ್ ಪುಡಿ	• ಮನೆಬಳಕೆಯ ಬ್ಲೀಚ್
• ನಿಸ್ಟಾಟಿನ್ ಸಸ್ಪೆನ್ಷನ್ 25 ಮಿ.ಲೀ.	• ಐಯೋಡಿನ್ ದ್ರಾವಣ 10% 30 ಮಿ.ಲೀ. ವೈಯಲ್‌ಗಳು
• ಪ್ಯಾರಾಸಿಟಮೊಲ್ ಮಾತ್ರೆ 500 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.	• ಮಿಂಥೋಲ್ ಬಾಮ್
	• ಪೊಟ್ಯಾಶಿಯಂ ಪರಮಾಂಗನೇಟ್ 10 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ಚೀಟಿಗಳು

ಇತರೇ

ಬ್ಯಾಂಡೇಜುಗಳು / ಬಟ್ಟೆ ಚೂರುಗಳು / ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ / ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳು / ಕಾಟನ್‌ವೂಲ್ / ಗ್ಲೌಸುಗಳು / ಬೆಂಕಿಕಡ್ಡಿಗಳು / ಮೈಕ್ರೋ ಪೋರ್ ಟೇಪು / ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು / ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚೀಲಗಳು / ಸೋಪ್ ಪುಡಿ / ಸೇಫ್ಟಿಪಿನ್ನುಗಳು / ಟಾಲ್ಕಮ್ ಪೌಡರು / ಕತ್ತರಿ / ಇಲ್ಯಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಂಡ್‌ಗಳು

2. ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆ

ಸಮುದಾಯದ ಸಂಘ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಸಾಂಘಿಕವಾಗಿ ನೀಡಬೇಕಾದ ನೆರವು ಎಂದರೆ:

- ಎಚ್ಐವಿ ಹರಡುವ ವಿಧಾನಗಳ ಮತ್ತು ಎಚ್ಐವಿ ಹೇಗೆ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ ಕುರಿತು ಜನರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು
- ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಪೀಡಿತ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಕೆಳಗಿನ ಸವಲತ್ತುಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನೆರವಾಗಬೇಕು

3. ಸೇವಾಶ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಆರೈಕೆ

ತೀವ್ರವಾಗಿ ರೋಗಗ್ರಸ್ಥರಾಗಿರುವ ಮತ್ತು ಮರಣ ಶಯ್ಯೆಯಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

4. ಪರಿಹಾರ ಆರೈಕೆ

ಪರಿಹಾರ ಆರೈಕೆಯೆಂದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಆರೈಕೆ ನೀಡುವುದು ಎಂದರ್ಥ ಪರಿಹಾರ ಆರೈಕೆಯೆಂದರೆ ಮನೆಯೊಳಗೇ ಆರೈಕೆ, ಹಗಲು ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮತ್ತು ವಸತಿಸಹಿತ-ವಿಶ್ರಾಂತಿಧಾಮ ಆರೈಕೆ. ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಅಗತ್ಯಾನುಸಾರ ಮೂರೂ ಬಗೆಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುವವರ ಆರೈಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ಇತರರನ್ನು ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ನಾನು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

- ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ರಕ್ತವನ್ನಾಗಲೀ, ಕಣ್ಣು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದಂಥ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಬೇಡಿ
- ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ

ನಾನು ಮದುವೆಯಾಗಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದೇ?

ಇದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಮರ್ಪಕ ಉತ್ತರವೆಂದರೆ: ನೀವು ಮದುವೆ ಆಗಬಹುದು. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆ. ಆದರೆ ನೀವು ಮದುವೆ ಆಗಲಿರುವ ಸಂಗಾತಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇರುವ ವಿಚಾರವನ್ನು ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆಯೇ ತಿಳಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮುಂದೆ ನಿಮಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾದರೆ ನಿಮಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ಬೆಂಬಲ, ಅವರಿಂದ ಆರೈಕೆ ಪಡೆಯುವ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಗೆ ನೀವು ಈಗ ಮೋಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ದ್ವೇಷದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತಾಳಬಹುದು. ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮುಂದೆ ನಿಮ್ಮಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯೂ ಸೋಂಕನ್ನು ಪಡೆದು ಬಿಟ್ಟರಂತೂ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇನ್ನೂ ಹದಗೆಡುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳ ವಿಚಾರ ಬಂದಾಗ ನಿಮಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಇದ್ದರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಮಗುವನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ಮಗುವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಇಲ್ಲದೇ ನೇರವಾಗಿ ಸೇರಬೇಕಾಗುವುದು. ಇದು ಅಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ವಿಧಾನ; ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಸೋಂಕು ತಗಲುವ ಅಪಾಯವಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೂ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವ ಅಪಾಯವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಸೋಂಕಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ಮತ್ತು ನೀವು ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಸೇರಿದರೂ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಆಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ; ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತಪ್ಪದೇ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲೂ ನಿರೋಧ್ /ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರುವ ಸ್ತ್ರೀ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದರೆ ಆದರಿಂದಾಗಿ ಆಕೆ ಏಡ್ಸ್ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬೇಗ ತಲುಪುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಿಂದಾಗಿ ಆಕೆಯ ದೇಹದ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಸಹಜ ಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆಕೆಯ ಗರ್ಭದಿಂದ ಹುಟ್ಟುವ ಮಗುವಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇಲ್ಲದೇ ಇದ್ದರೂ, ಮುಂದೆ ಆಕೆಯ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯುವಾಗ ಮಗುವಿಗೂ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣು ಇಬ್ಬರೂ ಸಂಗಾತಿಗಳಿಗೂ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇದ್ದರೂ ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಅದರಿಂದ; ಗರ್ಭಧಾರಣೆ, ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು , ಇನ್ನೊಂದು ಬಗೆಯ ಎಚ್ಐವಿಯಿಂದ ಹೊಸ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ನಾನು ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಬಹುದೇ, ಮನೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ?

ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರುವವರಿಗೆ ಮನೆಯೇ ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ತಮವಾದ ಸ್ಥಳ. ಏಕೆಂದರೆ:

- ನೀವು ಸೋಂಕುಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ
- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಕುಟುಂಬದವರ ಬೆಂಬಲ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆರಾಮವಿರುತ್ತದೆ
- ನೀವು ನಿಮ್ಮ ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಂಡೇ ಹೋಗಬಹುದು
- ಪ್ರೀತಿ ವಿಶ್ವಾಸವುಳ್ಳ, ಆತಂಕವಿಲ್ಲದ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ನೀವು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಬದುಕಬಹುದು

ನಿಮ್ಮ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಕುಟುಂಬದ ಇನ್ನಿತರಿಗೆ ಏನೂ ಅಪಾಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಎಚ್ಐವಿ ಹರಡುವುದು ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ ಅಥವಾ ಯೋನಿ ದ್ರವಗಳು ನೇರವಾಗಿ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಅಲ್ಲವೇ? ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸೋಂಕು ಇತರರಿಗೆ ಹರಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ:

- ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಆಡುವುದರಿಂದ
- ಮನೆಯವರಿಗಾಗಿ ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ
- ತಟ್ಟೆ, ಲೋಟ ಇತ್ಯಾದಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಜೊತೆಗೆ ಊಟ ಮಾಡುವುದರಿಂದ
- ಒಂದೇ ಸ್ನಾನದ ಮನೆ, ಕಕ್ಕಸನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ
- ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು, ತಬ್ಬುವುದು ಅಥವಾ ಮುತ್ತು ಕೊಡುವುದರಿಂದ
- ಉಳಿದವರ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸೋಂಕನ್ನು ಬೇರೆಯರಿಗೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹೌದು, ನೀವು ಬಳಸುವ

- ಹಲ್ಲುಜ್ಜುವ ಬ್ರಷ್ಷು
- ರೇಜರುಗಳು/ಶೇವಿಂಗ್ ಬ್ಲೇಡು
- ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮುಟ್ಟಾದಾಗ ಬಳಸಿ, ನಂತರ ತೊಳೆದು ಹಾಕಿದ ಪ್ಯಾಡ್ /ಬಟ್ಟೆಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಬೇರೆಯವರು ಬಳಸದ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನನಗೆ ನೆರವಾಗಲು ನನ್ನ ಕುಟುಂಬ ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

ಎಲ್ಲರ ಹಾಗೆ ನಿಮಗೂ ಕೂಡ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಪ್ರೀತಿ, ವಿಶ್ವಾಸ, ಬೆಂಬಲ ಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಸಮಾಜ ನಿಮ್ಮನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನ್ನಿಸಬಹುದು. ಅಂಥ ಸಮಯದಲ್ಲಂತೂ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ನಿಮ್ಮ ಆ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ ನಿಮಗೆ ಅನೇಕ ವಿಧದ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು: ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು :

- ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕುಟುಂಬದ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು
- ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ, ತಬ್ಬಿ, ಮುತ್ತನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಮೇಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಬಹುದು
- ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವಂತೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನ ಉತ್ತೇಜಿಸಬಹುದು
- ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ, ಗಮನಶಕ್ತಿ ಸ್ವಲ್ಪ ದುರ್ಬಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ; ನಿಮಗೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆ ಆಗಿರುತ್ತೆ- ಎಂಬುದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಅವರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಹಾಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು.
- ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು
- ನಿಮ್ಮ ಡಾಕ್ಟರರ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲರು
- ನಿಮ್ಮನ್ನು ಖುಷಿಯಾಗಿ ಇಡಬಲ್ಲರು
- ತಮ್ಮ ಭಯ ಆತಂಕಗಳನ್ನೂ ಚರ್ಚಿಸಬಲ್ಲರು

ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಂಧುಗಳು ಮಿತ್ರರು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವರಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತವೇ?

ಹೌದು. ಕೈಗೆ ಗ್ಲೌಸುಗಳು/ಪ್ಲ್ಯಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಗುಗಳು ಮತ್ತು ಬ್ಲೀಚ್ ದ್ರಾವಣದಿಂದ ಸೋಂಕು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು - ಇಂಥ ಕೆಲವು ಸರಳವಾದ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು.

10 ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಪೀಡಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸಿನ ಪಾತ್ರ

ಪೀಠಿಕೆ

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಯಾವುದೇ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಪೀಡಿತನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುವುದು, ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ತಗುಲಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳು ಅಥವಾ ಆರೈಕೆಗೈಯುತ್ತಿರುವ ಇನ್ಯಾರೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ, ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ನರ್ಸುಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ, ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ, ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಯೋಜಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇರುವವರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವಿಧ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅರಿತಿರುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಡಬೇಕಾದ ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

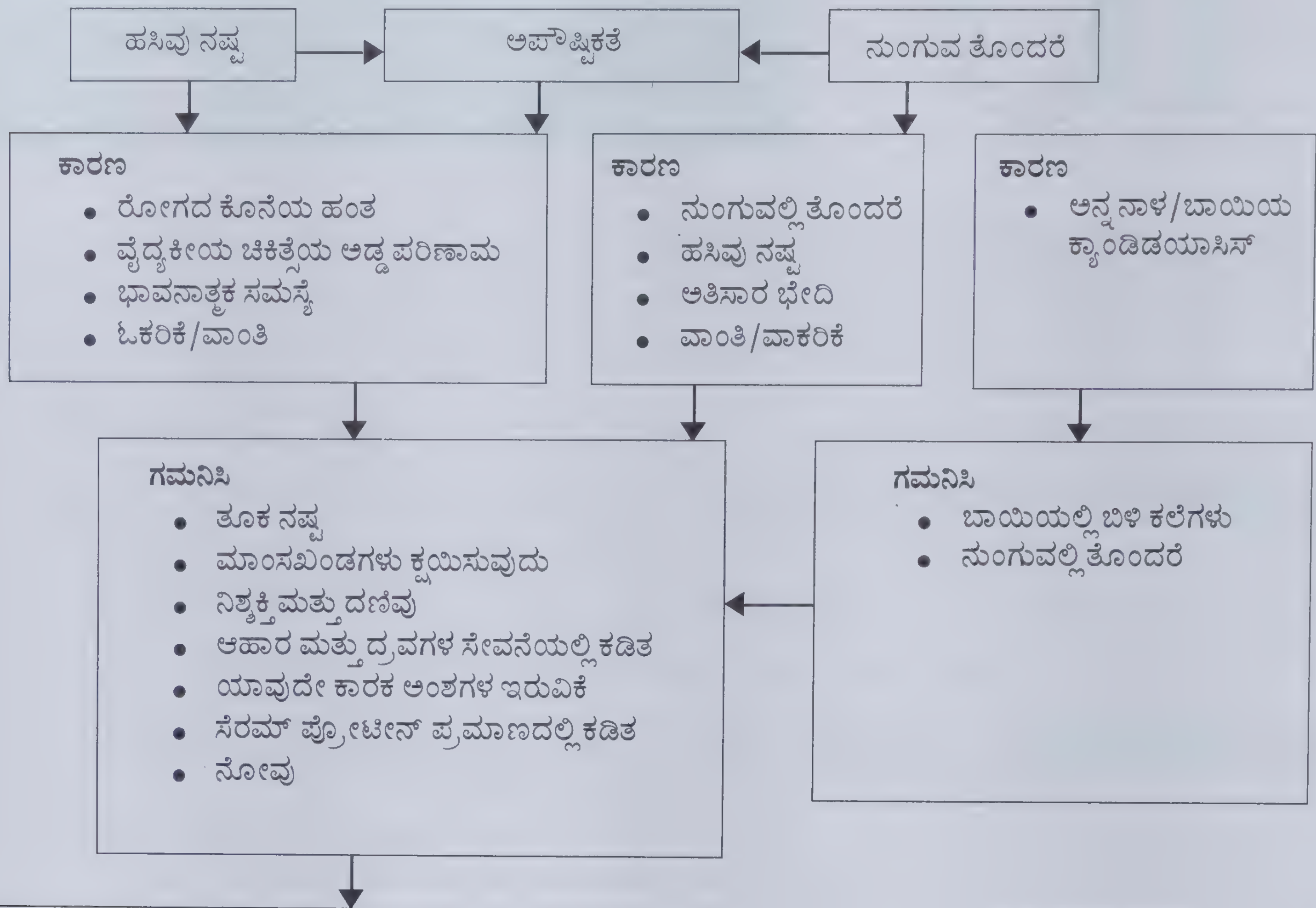
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತವೆ
- ಇಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನರ್ಸುಗಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಅಥವಾ ಮನೆಯ ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಪೀಡಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಏನೆಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿ/ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನರ್ಸುಗಳು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಕೋಷ್ಟಕ 10.1: ಲಕ್ಷಣ ಸಹಿತವಾದ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳವರ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಸಮಸ್ಯೆ	ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಕಾರಣ
ಹಸಿವಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರೋಗದ ಕೊನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಓಕರಿಕೆ ಮತ್ತು ವಾಂತಿ ಬರುವುದರಿಂದಲೂ ಕ್ಲಿಷ್ಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ ಯಾವುದಾದರೂ ಕಾರಕಗಳ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮವೂ ಆಗಿರಬಹುದು
ಅವಲಂಬನೆ	ರೋಗದ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಮುನ್ನಡೆಯಿಂದ, ನಿಶ್ಶಕ್ತಿ, ನರ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳಿಂದಾಗಿ (ಭೌತಿಕ/ಅರಿವಿನ) ಉಂಟಾಗಬಹುದು
ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಮತ್ತು ತೀವ್ರ; ಇದರಿಂದಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಅಥವಾ ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿದೇ ಇರಬೇಕಾಗಿ ಬರಬಹುದು. ತೂಕ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ದೇಹದಲ್ಲಿ ಜಲಹೀನತೆ ಮತ್ತು ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಲೈಟ್ ಅಸಮತೋಲನ ಉಂಟಾಗಿ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೂ ಅಪಾಯವುಂಟಾಗಬಹುದು
ನುಂಗುವ ತೊಂದರೆ	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅನ್ನನಾಳದ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್‌ನಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ
ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ	ಎದೆಯ ಸೋಂಕುಗಳು, ರಕ್ತಹೀನತೆ
ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ	ನುಂಗುವ ತೊಂದರೆ, ಹಸಿವಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಅರೆಜೀರ್ಣತೆ ಅಥವಾ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು (ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರೋಟೀನ್‌ಗಳನ್ನು) ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವುದು -ಇವುಗಳಿಂದಾಗಿ ಉಂಟಾಗಿರಬಹುದು. ರೋಗದ ಕೊನೆ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ದೇಹದ ತೂಕ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು
ನರ ದೌರ್ಬಲ್ಯ	ಇದು ಭೌತಿಕ ಅಥವಾ ಅರಿವಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಇರಬಹುದು. ಭೌತಿಕ: ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಕ್ರಿಯಾ ಸಮನ್ವಯತೆಯ ಕೊರತೆ, ಬಾಹ್ಯ ನರರೋಗ, ಸ್ವಾಧೀನ ತಪ್ಪಿಕೆ, ನುಂಗುವಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ, ದೃಷ್ಟಿ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಮತ್ತು ಕುರುಡು, ಕಿವಿ ಕೇಳದಿರುವುದು, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು
ಇಡಿಮಾ	ಕಾಪೋಸಿ ಸಾರ್ಕೋಮದಿಂದಾಗಿ ಉಂಟಾದ ದುಗ್ಧಗ್ರಂಥಿಗಳ ಹಿಗ್ಗುವಿಕೆಯಿಂದ ಹರಡಬಹುದು
ಜ್ವರ (ಪೈರೆಕ್ಸಿಯಾ)	ನಿರಂತರ ಅಥವಾ ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ಬರುವುದು, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ತೀವ್ರವಾದ ಸೋಂಕಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಏರುವುದು ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬೆವರೂ ಉಂಟಾಗುವುದು
ಚರ್ಮದ ಬಾಧೆಗಳು	ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಚರ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಆಗಿರಬಹುದು. ಉದಾ: ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್, ಕಾಪೋಸಿ ಸಾರ್ಕೋಮ, ಹರ್ಪಿಸ್ ಸಿಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್/ಜಾಸ್ಟರ್ ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ತೊಂದರೆಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಲೋಳ್ಪರೆಗಳಿಗೂ ಬಾಧಿಸಬಹುದು
ದೃಷ್ಟಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸೈಟೋಮೆಗಲೊವೈರಾಣುವಿನಿಂದ ಆದ ಅಕ್ಷಿಪಟದ ಉರಿಯೂತ; ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಮೂಲ ನರಸಂಬಂಧಿಯಾಗಿರಬಹುದು

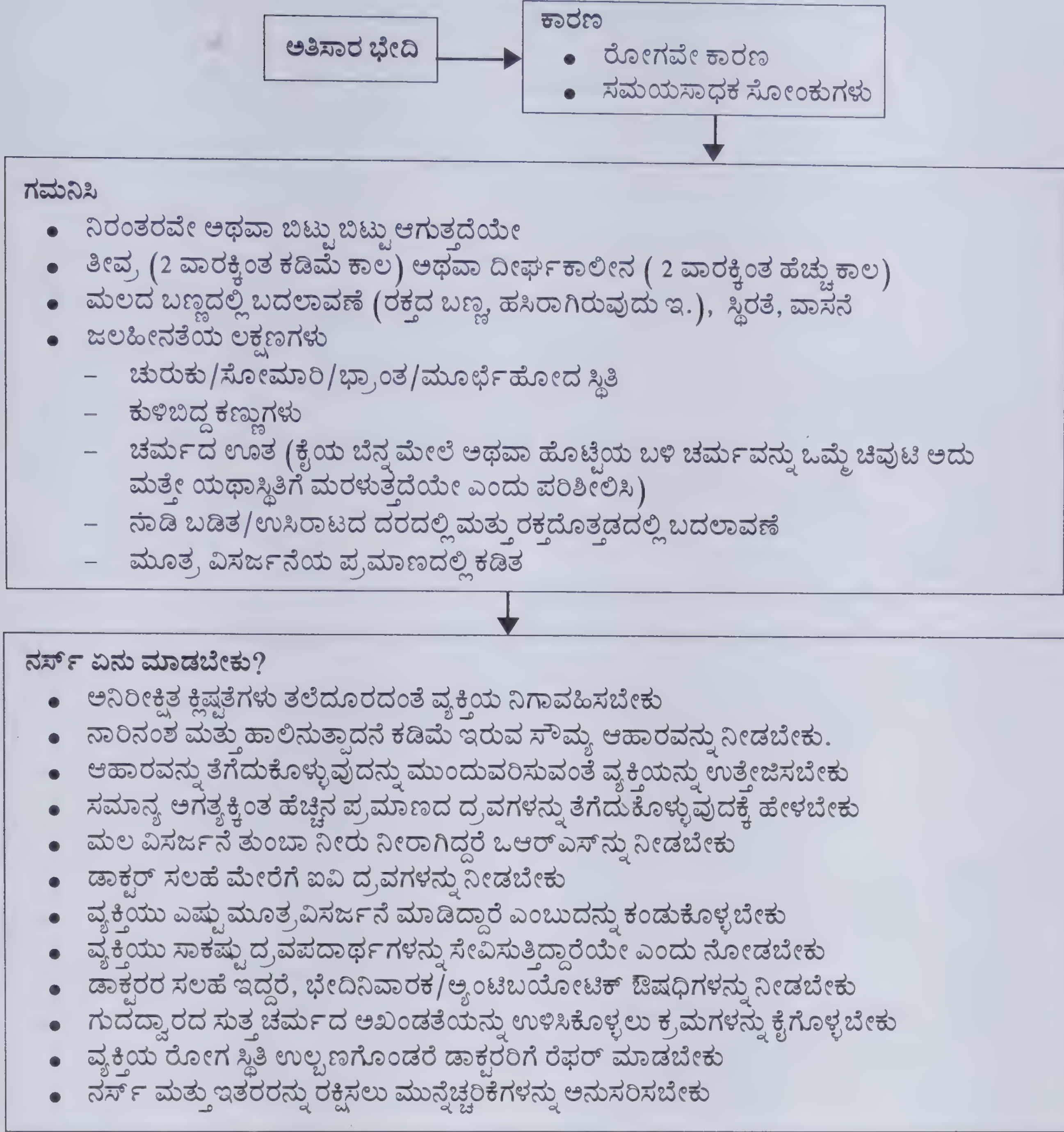
ಹಸಿವು ನಷ್ಟ/ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ/ನುಂಗುವುದರಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಇವುಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಪಾತ್ರ



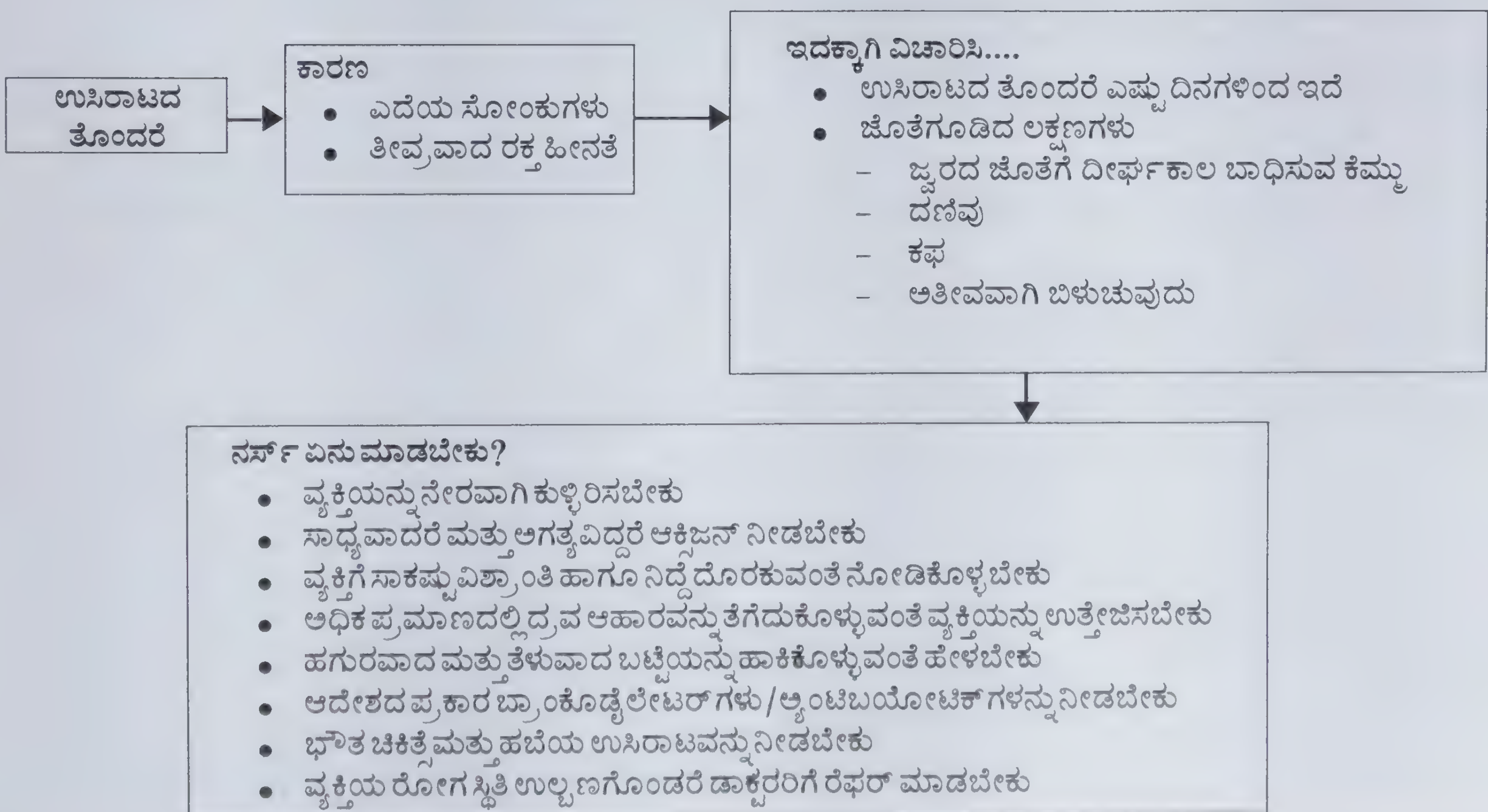
ನರ್ಸ್ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

- ಬಾಯಿ ಮೂಲಕ ದ್ರವಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು; ದಿನಕ್ಕೆ 1500-2000 ಮಿ.ಲೀ.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಲವಿಗೆ ತಕ್ಕ ಹಾಗೆ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಕ್ರಮವನ್ನು ಯೋಜಿಸಬೇಕು
- ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕ ಹಾಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಉತ್ತೇಜಿಸಬೇಕು
- ಫೋಲಿಕ್ ಆಸಿಡ್, ವಿಟಾಮಿನ್, ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಇತ್ಯಾದಿ ಪೂರಕ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು
- ಉತ್ತಮ ಬಾಯಿ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಬೇಕು / ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು
- ಡಾಕ್ಟರರ ಸಲಹೆ ಮೇರೆಗೆ ವಾಂತಿಯಾಗದಂತೆ ತಡೆಯುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು, ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು
- ಊಟಕ್ಕಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನ ಮುಂಚೆ ಯಾವುದೇ ನೋವು ಸಹಿತವಾದ ಕ್ರಮವನ್ನೂ ಕೈಗೊಳ್ಳಬಾರದು
- ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಐವಿ ದ್ರವಗಳು ಮತ್ತು ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಲೈಟ್‌ಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು
- ನುಂಗುವ ತೊಂದರೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮೃದುವಾದ, ಸೌಮ್ಯವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು
- ಕಾರಣವನ್ನು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಲು ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು (ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್‌ಗಾಗಿ ಬಾಯಿ ಕ್ಯಾಂಡಿಡ್/ನಿಸ್ಟಾಟಿನ್)
- ಮದ್ಯ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಉದ್ರೇಕಕಾರಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು
  ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣುಗಳಿದ್ದರೆ ಹಲ್ಲುಜ್ಜಲು ಮೃದುವಾದ ಬ್ರಷ್ಷು, ನೋವುಗಳೆಯು ಕಾರಕಗಳು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಬೇಕು

ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಪಾತ್ರ



ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಪಾತ್ರ



ನರ ದೌರ್ಬಲ್ಯ/ದೈಹಿಕ ಅವಲಂಬನೆ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳ ಪಾತ್ರ

ನರ ದೌರ್ಬಲ್ಯ

↓

ಕಾರಣ
- ಕೇಂದ್ರೀಯ ಮತ್ತು ನರ ಮಂಡಳದ ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ
- ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳು

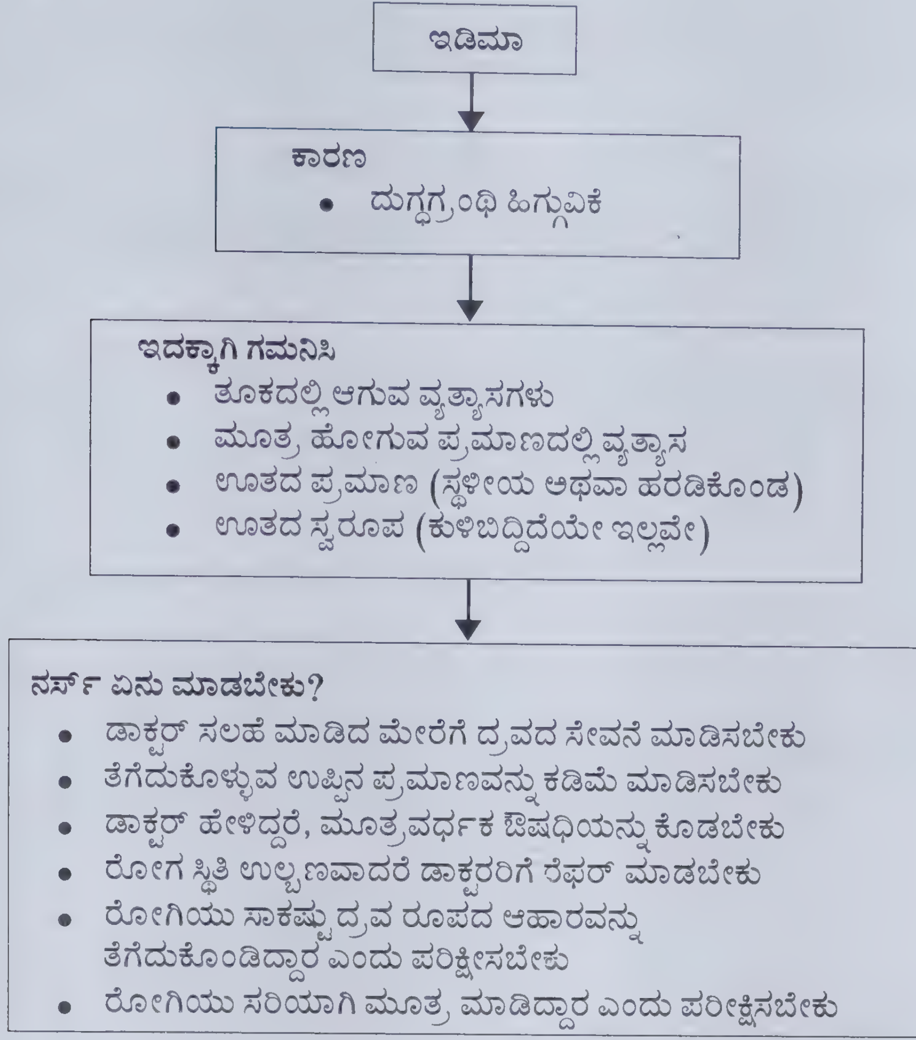
↓

ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಗಮನಿಸಿ....
- ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಕ್ರಿಯಾ ಸಮನ್ವಯತೆಯ ಕೊರತೆ (ಉ: ಲೋಟವನ್ನು/ಪೆನ್ನನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಆಗದಿರುವುದು ಇ.)
- ನಿಂತುಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಡೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ವಿಲಕ್ಷಣತೆ
- ದೃಷ್ಟಿ, ಶ್ರವಣ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ಹಾನಿ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ, ಖಿನ್ನತೆ ಅಥವಾ ಆತ್ಮಹತ್ಯಾ ಲಕ್ಷಣಗಳು
- ಮಾನಸಿಕ ಗೊಂದಲದ ಸ್ಥಿತಿಯ ಮುನ್ನಡೆ
- ಲಕ್ವ/ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು (ಅಂಗಾಂಗಳನ್ನು/ಇಡೀ ದೇಹವನ್ನು ಚಲಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯ ನಷ್ಟ)

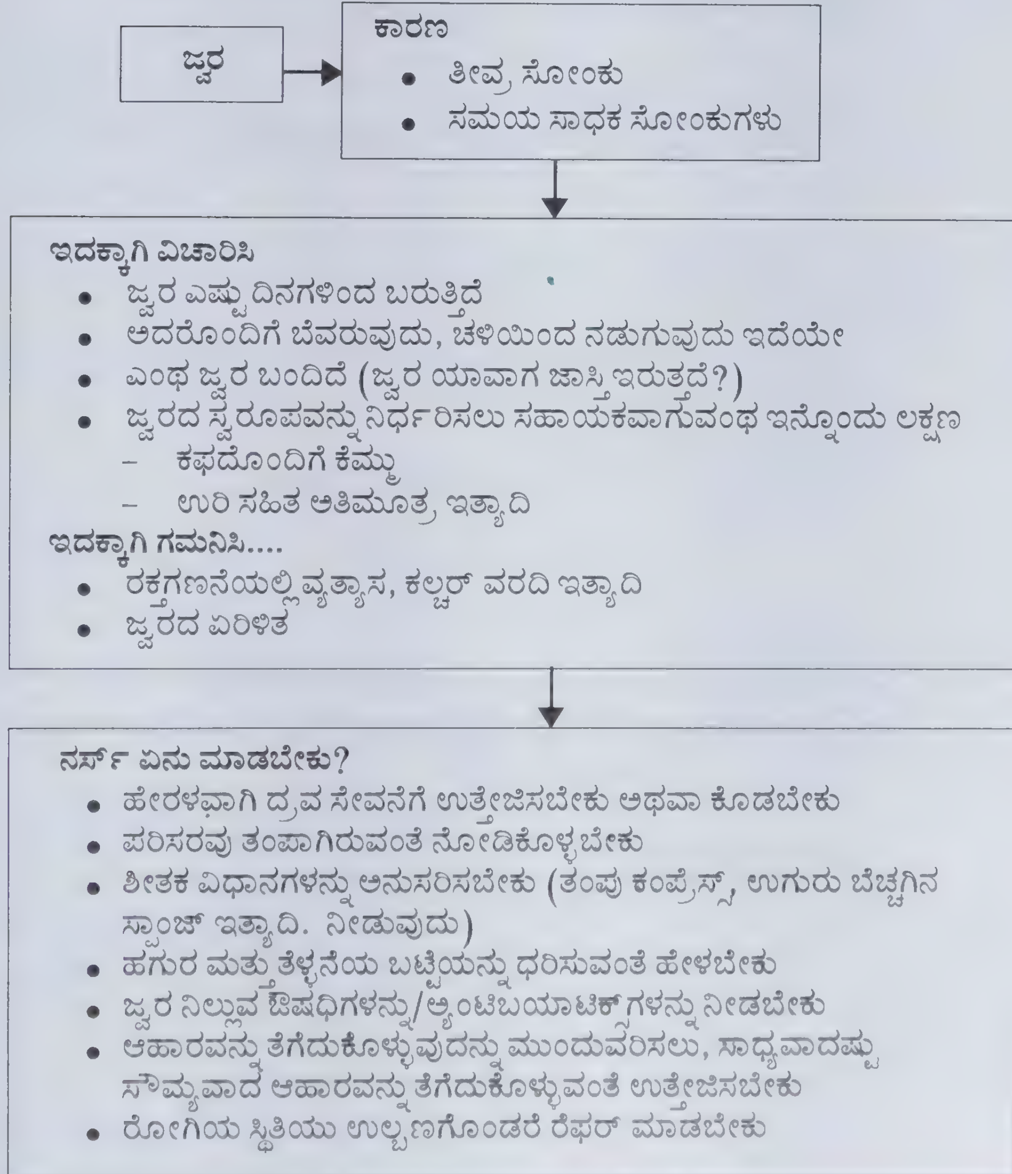
↓

ನರ್ಸ್ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಂಚದಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಬೀಳದ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಡೆಯುವಾಗ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು
- ಊಟ ಮಾಡುವುದು, ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು, ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು - ಇವುಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಾನಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತೇಜಿಸಬೇಕು
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮತ್ತು ನಿದ್ದೆ ಸಿಗುವಂತೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು
- ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಆಗಿದ್ದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ (ಊಟ, ಸ್ವಚ್ಛತೆ, ವಿಸರ್ಜನೆ ಇ.) ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳ ಪೂರೈಕೆಗೆ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು
- ಹಾಸಿಗೆ ಹುಣ್ಣುಗಳು, ಮೂತ್ರಸ್ತಂಭನ, ಮಾಂಸಖಂಡಗಳ ಕುಸಿತ, ಪಾದ ಬಿದ್ದುಹೋಗುವುದು, ಎದೆಯ ಸೋಂಕುಗಳು -ಇವು ಆಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು
- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವುದನ್ನು ಮಾಡುವುದು, ಉಸಿರಾಟದ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಟಿವಿ ನೋಡುವುದು ಇ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವಂಥ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಡುವುದು
- ಚಿಕ್ಕ ಮತ್ತು ಸರಳವಾದ ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತಾಡುವುದು
- ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಬರೆದು ತೋರಿಸುವುದು
- ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಗಡಿಯಾರ, ಕ್ಯಾಲೆಂಡರು, ನೆನೆಪಿನ ಸುಳಿವುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಬೇಕು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿ ಉಲ್ಬಣಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಸೇವಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ಆರೈಕೆಯ ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದರೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಬೇಕು

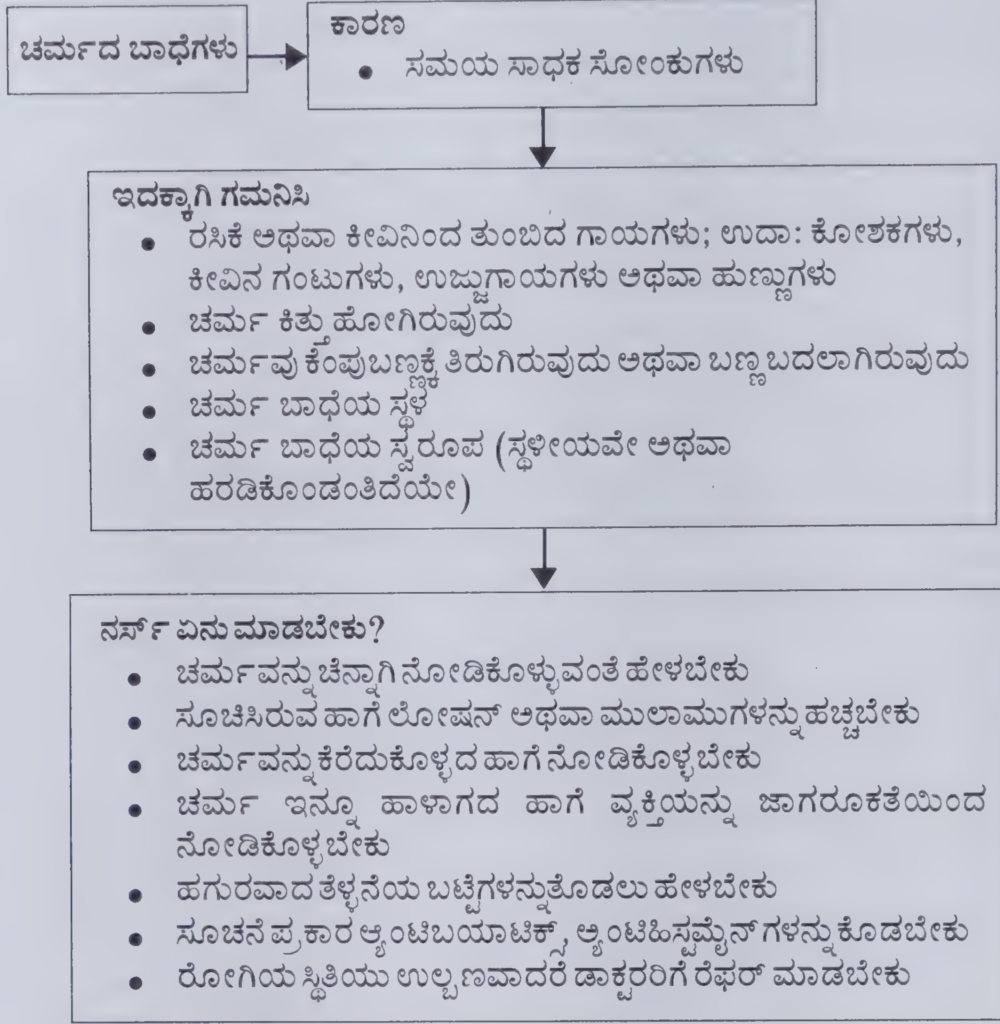
ಇಡಿಮಾ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳ ಪಾತ್ರ



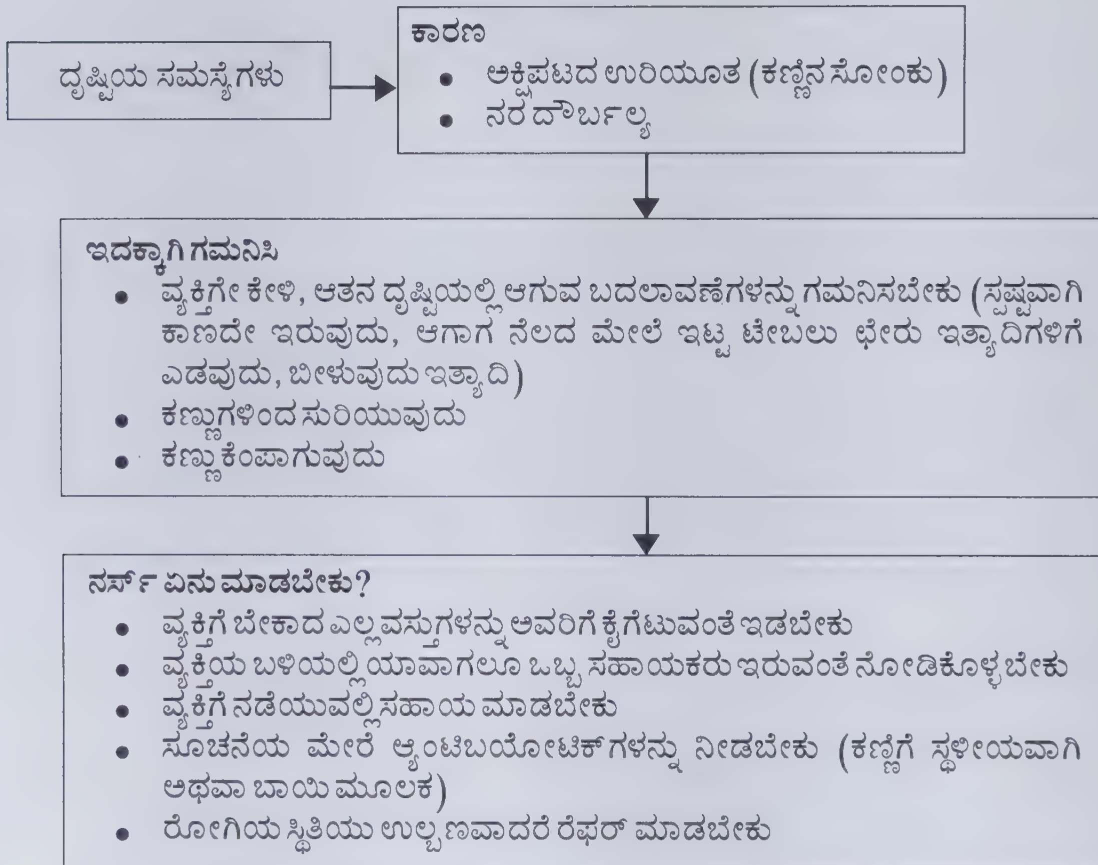
ಜ್ವರ (ಪೈರೆಕ್ಸಿಯಾ) ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳ ಪಾತ್ರ



ಚರ್ಮದ ಬಾಧೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳ ಪಾತ್ರ



ದೃಷ್ಟಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳ ಪಾತ್ರ



ಮನೆಯಲ್ಲೇ ನಡೆಸುವ ಆರೈಕೆಯ ನಿಗದಿತ ಕ್ರಮ

ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಂದರೆ ಕೆಮ್ಮು, ಎದೆನೋವು, ತೂಕ ನಷ್ಟ ಮತ್ತು ರಕ್ತದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಕೆಮ್ಮು. ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಮತ್ತು ಮನೆಯಾರೈಕೆ ಎರಡೂ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುವ ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್ ಎಂದರೆ ಕೊಟ್ರಿಮೊಕ್ಸಜೋಲ್, ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್ ವಿ , ಎರಿಥ್ರಾಮೈಸಿನ್ , ಟೆಟ್ರಸೈಕ್ಲಿನ್ , ಬ್ಯಾಕ್ಟ್ರಿಮ್ ಡಿಎಸ್, ಡ್ಯಾಪ್‌ಸೋನ್

- ನಿಮೋನಿಯಾದಂಥ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್‌ನಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದು
- ಸೂಚಿಸಿದ್ದರೆ, ಅಸೆಟಿಲ್ ಸೆಲಿಸೈಲಿಕ್ ಆ್ಯಸಿಡ್ /ಪ್ಯಾರಾಸೆಟಮೋಲ್‌ನಿಂದ ನೋವು ನಿವಾರಣೆ
- ರೋಗ ಉಲ್ಬಣವಾದಾಗ/ಪಿಟಿಬಿ ಇರಬಹುದು ಎಂದು ಸಂದೇಹವಾದಾಗ ಮುಂದಿನ ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತರುವುದು

ಜಠರ ಕರುಳಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ಮನೆ ಅಥವಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಆರೈಕೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ, ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ ಮತ್ತು ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೊಟ್ರಿಮೊಕ್ಸಜೋಲ್ ಅಥವಾ ಮೆಟ್ರೊನಿಡಜೋಲ್‌ನಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

- ಒಆರ್‌ಎಸ್ ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲೆ ತಯಾರಿಸಿದ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೊಲೈಟ್ ದ್ರಾವಣದಿಂದ ಪುನರ್ ನೀರೂಡಿಕೆ
- ತುಂಬಾ ವಾಂತಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಔಷಧಿಗಳು
- ಕರುಳಿನ ಉರಿಯೂತಕ್ಕಾಗಿ ಆ್ಯಂಟಾಸಿಡ್ ಅಥವಾ ಬಿಸ್ಮತ್ ಸಬ್‌ಸ್ಯಾಲಿಸೈಲೇಟ್
- ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಅಥವಾ ಅಮೀಬಿಸೈಡ್
- ಬಾಯಿಯ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಯಾಸಿಸ್‌ಗಾಗಿ ಮೈಕೊಸ್ಟ್ಯಾಟಿನ್ ಸಸ್ಪೆನ್ಷನ್ ಅಥವಾ ಮಾತ್ರೆಗಳು
- ಸೂಚಿಸಿದ್ದರೆ, ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ನೋವು ಉಪಶಮನ
- ಹಾಲಿನ ಪುಡಿ ಅಥವಾ ಸೋಯಾಬೀನ್ ಆಧಾರಿತ ಪುಡಿ, (ಹೆಪ್ಸ್ - ಹೈ ಎನರ್ಜಿ ಪ್ರೊಟೀನ್ ಸಪ್ಲಿಮೆಂಟ್) ಇದನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಗಂಜಿ ಮಾಡಬೇಕು
- ಇದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗದಿದ್ದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆತರಲಾಗುವುದು

ಕೇಂದ್ರೀಯ ನರ ಮಂಡಲ

- ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳಿಂದ ನೋವಿನ ಉಪಶಮನ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಅಶಾಂತಿ, ಚಡಪಡಿಕೆ ಇದ್ದರೆ ಡೈಯಾಜಿಪ್ಯಾಮ್ ನೀಡಬೇಕು
- ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಮಿದುಳ್ಪೊರೆಯುರಿತ (ಮೆನಿಂಜಿಟಿಸ್)ಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕ್ಲೋರಮ್‌ಫೆನಿಕೊಲ್ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ
- ಅಶಾಂತ ಮನಸ್ಥಿತಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಡೈಆಜಿಪಾಮ್ ಅಥವಾ ಕ್ಲೋರ್ಪ್ರೊಮಜೀನ್‌ಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ
- ಆ್ಯಂಫೋಟಿರಿಸಿನ್‌ನಿಂದ ಕ್ರಿಪ್ಟೋಕೌಕಲ್ ಮೆನಿಂಜೈಟಿಸ್‌ನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮತ್ತು ಮೂತ್ರಾಂಗ ಮಂಡಲ

- ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹೇಗೆ ಫಲಕೊಡುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ನಿರ್ಧಾರಣೆ
- ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್‌ನಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಒದಗಿಸುವುದು
- ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದರೆ ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿ ಉಲ್ಬಣವಾಗಿದ್ದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕು
- ಒಪಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಕೆಲಸ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಕ್ಯಾತಟೆರಜೈಷನ್ ನಂತರ ವೈರಾಣು ಗಂಟುಗಳು ಮರುಕಳಿಸುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ

ಚರ್ಮ

1.ಗುಳ್ಳೆ/ಚರ್ಮದ ಉರಿಯೂತ

- ಫಂಗಲ್ ಸೋಂಕು ಆಗಿದೆಯೇ ಇಲ್ಲವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಚರ್ಮವನ್ನು ಕೆರೆದು ತೆಗೆದ ಅಂಶ
- ತುರಿಕೆ ಇದ್ದರೆ ಆ್ಯಂಟಿಹಿಸ್ಟಮೈನ್
- ಸೂಚನೆ ಇದ್ದರೆ ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳು
- ಸೂಚನೆ ಇದ್ದರೆ ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್‌ಗಳು
- ಚರ್ಮದ ಒಣಗುವಿಕೆಗಾಗಿ ದ್ರವರೂಪದ ಪ್ಯಾರಾಫೀನ್

2. ಹರ್ಪಿಸ್ ಜಾಸ್ಟರ್

- ಒಡೆಯದ ಕೀವು ಗುಳ್ಳೆಗಳು - ಕ್ಯಾಲಮೈನ್ ಲೋಷನ್
- ಒಡೆದ ಕೀವು ಗುಳ್ಳೆಗಳು - ಜೆಂಟಿಯನ್ ವಯೊಲೆಟ್ ಪೇಂಟ್
- ಪ್ಯಾರಾಸೆಟಮೊಲ್ /ಅಸೆಟಿಲ್ ಸ್ಯಲಿಸೈಕ್ಲಿಕ್ ಆ್ಯಸಿಡ್ ಅಥವಾ ಪೆಥಿಡೈನ್ - ನೋವಿನ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ
- ಹುಣ್ಣಿನ ದ್ವಿತೀಯಕ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿದ್ದರೆ ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್
- ಹರ್ಪಿಸ್ ಜಾಸ್ಟರ್ ಎರಡಕ್ಕೂ ಅಸಿಕ್ಲೊವಿರ್ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ

3. ಕೀವು ತುಂಬಿದ ಕುರುಗಳು

- ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದ್ದರೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ಅರವಳಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆಯುವುದು, ಆ್ಯಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್
- ದೊಡ್ಡದಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಲು ಮತ್ತು ಕೀವು ತೆಗೆಯಲು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕಳಿಸಿಕೊಡುವುದು

4. ಕಾಪೋಸಿಸ್ ಸಾರ್ಕೋಮಾ

- ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ (ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ)

5. ಸ್ರವಿಸುವ ಗುದದ ನಾಳಿವ್ರಣ

- ಜಿಂಕ್ ಆಕ್ಸೈಡ್ ಮತ್ತು ನೋವುನಿವಾರಕಗಳು
- ಸ್ರವಿಸುವ ಗುದದ ನಾಳಿವ್ರಣಕ್ಕೆ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಫಲಕಾರಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ವಾಸಿಯಾಗುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ದುರ್ಬಲ ಮತ್ತು ಇಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ದುರ್ಬಲ

ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳು

ಕರಪತ್ರ 10.1: ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುಟುಂಬದವರು ಗುರುತಿಸಿ ಕೂಡಲೇ ಆರೈಕೆ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಗುದನಾಳದಿಂದ ರಕ್ತ ಸುರಿಯುವುದು	ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಉರಿ, ತುರಿಕೆ ಅಥವಾ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ಸುರಿಯುವುದು
ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ	ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ
ಪಕ್ಕೆ ನೋವು	ತೀವ್ರವಾಗಿ ಸುಡುವ ಜ್ವರ
ಹೊಟ್ಟೆ ತೊಳೆಸುವುದು ಮತ್ತು ವಾಂತಿಯೊಂದಿಗೆ ತಲೆನೋವು	ನಿಶ್ಶಕ್ತಿ ತಲೆದೂರುವುದು
ಬಾಯಿಯ ಬಾಧೆಗಳು	ಪ್ರೊಡಕ್ಟಿವ್ ಕೆಮ್ಮು
ಗುಳ್ಳೆಗಳು	ರೋಗ ಹಿಡಿತ
ತೀವ್ರವಾದ ಖಿನ್ನತೆ	ಉಸಿರಾಟ ಚಿಕ್ಕದಾಗುವುದು, ಎದೆ ನೋವು
ಚರ್ಮ ಬಣ್ಣಗೆಳೆದುಕೊಂಡು ಹಳದಿಯಾಗುವುದು	ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ
ಯೋನಿ ಸ್ರಾವ, ನೋವು ಅಥವಾ ತುರಿಕೆ	ನೀರಿನಂಥ ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ

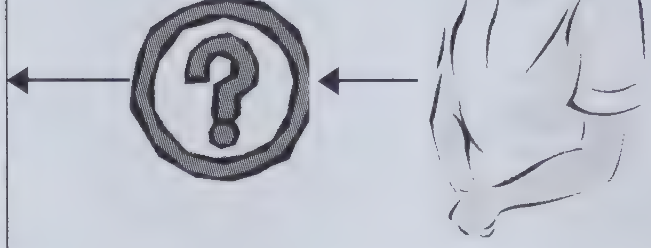
ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರು ಮತ್ತು ಅವರ ಮನೆಯವರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಡಬೇಕಾದ ಇನ್ನಷ್ಟು ವಿಚಾರಗಳು ಎಂದರೆ:

- ಚರ್ಮದ ಉತ್ತಮವಾದ ಆರೈಕೆ
- ಪರಿಸರದ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು
- ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಉಸಿರಾಡುವ ಮತ್ತು ಕೆಮ್ಮುವ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳು, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿದಾಗ
- (ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಸುವುದು, ಸಂಯಮ ಬಳಸಿ) ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಮೂಲಕ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಒಳಗಾಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸುವುದು
- ಬೇಯಿಸಿಲ್ಲದ ಅಥವಾ ಅರೆಬರೆ ಬೇಯಿಸಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನದಿರುವುದು
- ಸಾಕು ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟದಿರುವುದು
- ಸೋಂಕುಕಾರಿಯಾಗಿರಬಹುದಾದ ದೇಹದ್ರವಗಳು ಮತ್ತು ತ್ಯಾಜ್ಯವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು (ಅಧ್ಯಾಯ 5ರಲ್ಲಿ ವಿವರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ)
- ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮನೆಯವರು ಯಾರಾದರೂ ಸೋಂಕುಕಾರಿಯಾಗಿರಬಹುದಾದಂಥ ದೇಹದ್ರವ ಅಥವಾ ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ ಆ ವಿಚಾರವನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ತಿಳಿಸುವ ಕುರಿತು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೇಹದೊಳಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ (ಉದಾ: ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ನೀಡುವುದು) ಸೋಂಕುನಿವಾರಣೆಯ ಎಲ್ಲ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಪಾಲಿಸುವುದು
- ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ ಅಥವಾ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸದೇ ಇರುವುದು

ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆ ಅಗತ್ಯಗಳು

- ಆರೋಗ್ಯ ಅಗತ್ಯಗಳು: ಉತ್ತಮ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಔಷಧಿ ಮತ್ತು ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಮನೆ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಔಷಧಿ ಪೂರೈಕೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಗತ್ಯಗಳು: ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಮತ್ತು ಉತ್ತೇಜನಕಾರಿಯಾದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು, ಕಳಂಕವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು, ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಕುಟುಂಬ ಬೆಂಬಲ ಸಮೂಹಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳು: ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಂಬಲಾತ್ಮಕವಾದ ಪರಿಸರವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು, ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮೂಹಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವುದು, ಧಾರ್ಮಿಕ ನಾಯಕರು ಮನೆಗಳಿಗೆ ಸಂದರ್ಶನ ನೀಡುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು
- ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳ ಅಗತ್ಯಗಳು: ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಕುರಿತು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಕುರಿತು ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು. ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಆಹಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು

- ಸಾಮರ್ಥ್ಯವರ್ಧನೆಯ ಉಗತ್ಯಗಳು: ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ಜನರು ಮತ್ತು ಅವರ ಕುಟುಂಬರು ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಿರುವವರು ತಮ್ಮ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ತಾವೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳವಂತೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಾವೇ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತೆ ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು
- ದೈನಂದಿನ ಅಗತ್ಯಗಳು: ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆರೈಕೆ, ದನಕರುಗಳಿಗೆ ಆಹಾರ ನೀಡಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಹೋಗುವುದು ಮತ್ತು ಇತರ ಮನೆಗೆಲಸಗಳು
- ಆರ್ಥಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳು: ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಶಾಲಾ ಸಮವಸ್ತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ಶುಲ್ಕ, ರೈತರಾದರೆ ಬೀಜಗಳು, ರಾಸಾಯನಿಕ ಗೊಬ್ಬರಗಳು; ಮನೆಬಾಡಿಗೆ ಹೀಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೌಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಅಗತ್ಯಗಳು ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

11

ರೆಫರಲ್, ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಜಾಲ

ಪೀಠಿಕೆ

ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನು ಹೊಂದಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆ, ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಕರ್ತವ್ಯದಲ್ಲಿ, ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಆಕೆ/ಆತನ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಅರ್ಹ ಡಾಕ್ಟರರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುವಂತೆ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡುವುದು.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು:

- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾದ ರೆಫರಲ್ ಮತ್ತು ಸೇವಾಜಾಲದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುವುದರ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಮನಗಂಡಿರುತ್ತಾರೆ
- ರೋಗಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕಡೆ ಸೂಕ್ತರೀತಿಯಲ್ಲಿ ರೆಫರ್ ಮಾಡುವ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ
- ವಿಸಿಟಿಸಿಗಳು, ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಬೆಂಬಲ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಸೂಕ್ತರೀತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಮುಂದುವರಿಕೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವವರಿಗೆ ರೆಫರಲ್ ಸೇವೆಯು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕುಗಳುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಮುಂದುವರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೊಂಡಿಯಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು
- ಸೂಕ್ತವಾದ ಸೇವಾಜಾಲ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಿಂದಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆಯ ಹೊರೆಯು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ

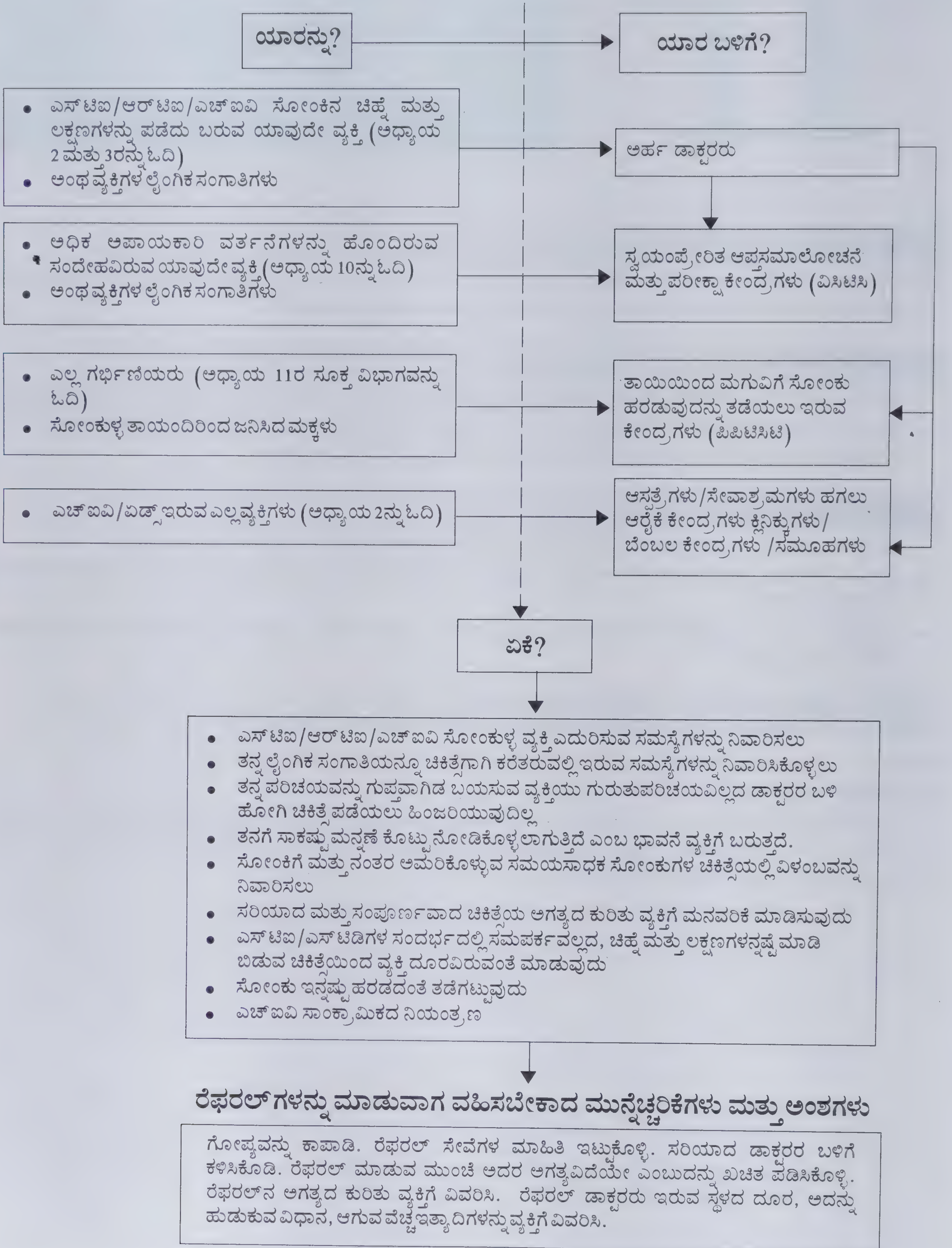
ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ರೆಫರಲ್

ರೆಫರಲ್‌ನ ಅರ್ಥ

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಬರುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿ ಅವರ ಸಮಸ್ಯೆಯ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಅರ್ಹ ಡಾಕ್ಟರರ ಬಳಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಇದೇ ರೆಫರಲ್. ಜೊತೆಗೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಂದುವರಿಸಿರುವುದನ್ನೂ ನೀವು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಕರಪತ್ರ 11.1: ಯಾರಿಗಾಗಿ, ಯಾರ ಬಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಏಕೆ ರೆಫರಲ್ ಮಾಡಬೇಕು



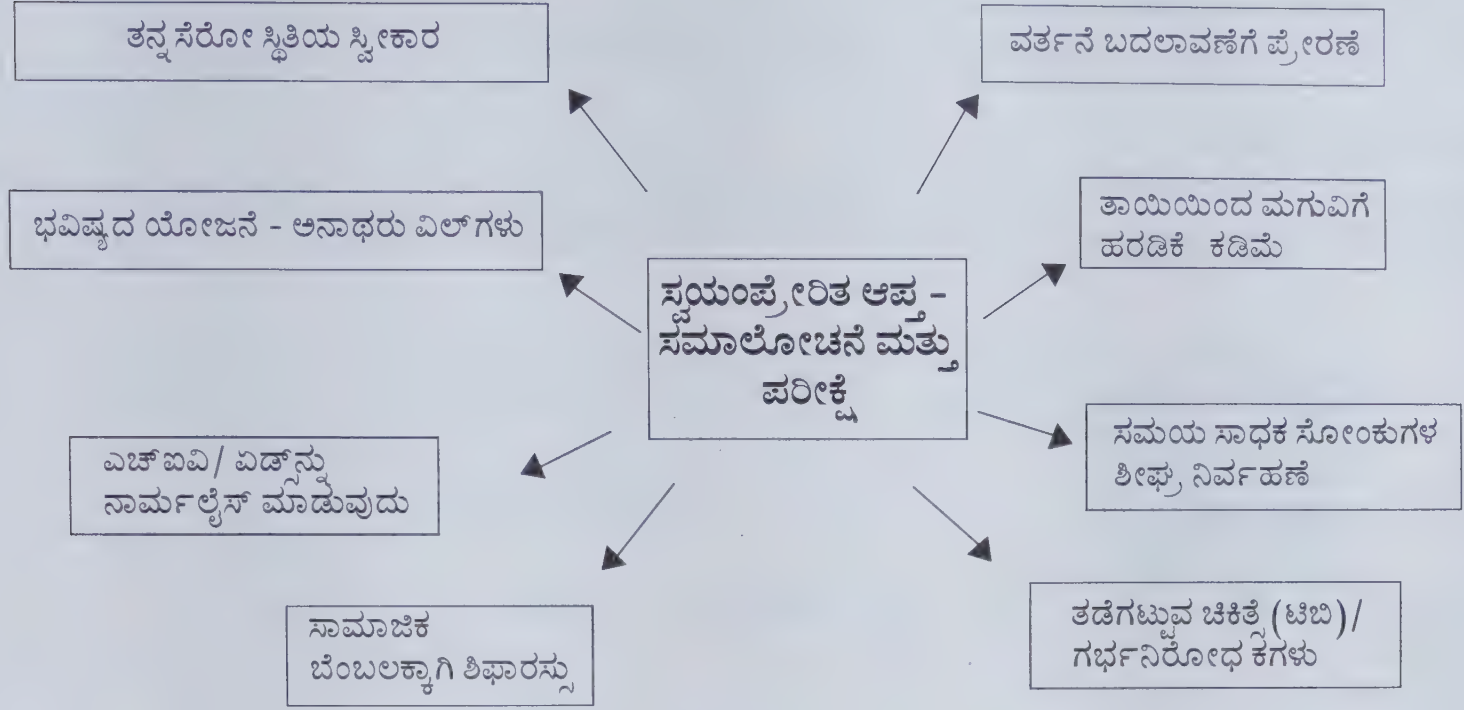
ರೆಫರಲ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಂಶಗಳು

ಗೋಪ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿ. ರೆಫರಲ್ ಸೇವೆಗಳ ಮಾಹಿತಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಸರಿಯಾದ ಡಾಕ್ಟರರ ಬಳಿಗೆ ಕಳಿಸಿಕೊಡಿ. ರೆಫರಲ್ ಮಾಡುವ ಮುಂಚೆ ಅದರ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ರೆಫರಲ್‌ನ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ. ರೆಫರಲ್ ಡಾಕ್ಟರರು ಇರುವ ಸ್ಥಳದ ದೂರ, ಅದನ್ನು ಹುಡುಕುವ ವಿಧಾನ, ಆಗುವ ವೆಚ್ಚ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ.

ರೆಫರಲ್ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೇಂದ್ರಗಳು

1. ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆ (ವಿಸಿಟಿ):

ಎಚ್ಐವಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಮತ್ತು ಅಂಥ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆಯ ಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯು ನಾಂದಿಯಾಗಿದೆ. ಕೆಳಗಿನ ಚಿತ್ರ 1ರಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಲಾಭಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ.



ಚಿತ್ರ 11. 1: ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಲಾಭಗಳು

ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಮೂಲಕ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದ ಸೇವೆಗಳು

- ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಎಚ್ಐವಿ ಕುರಿತಾದ ಶಿಕ್ಷಣ
- ಪರೀಕ್ಷಾಪೂರ್ವ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ (ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 8ನ್ನು ನೋಡಿ)
- ಹೆಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ (ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 8ನ್ನು ನೋಡಿ)
- ಪರೀಕ್ಷಾನಂತರ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ (ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 8 ನ್ನು ನೋಡಿ)
- ಭವಿಷ್ಯ ಮತ್ತು ಮುಂದುವರಿಕೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಬೆಂಬಲ (ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 8ನ್ನು ನೋಡಿ)

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಇಂಥ ವಿಸಿಟಿಸಿಗಳ ವಿವರಗಳನ್ನು ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಬೆಂಗಳೂರಿನ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್ ಆಫ್ ಮೆಂಟಲ್ ಹೆಲ್ತ್ ಅಂಡ್ ನ್ಯುರೋಲಜಿಕಲ್ ಸೈನ್ಸಸ್ (ನಿಮ್‌ಹ್ಯಾನ್ಸ್) ಸಂಸ್ಥೆಯು ಎಚ್ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಹೊರ ನಿರ್ಧಾರಕ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿದೆ.

ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆ ಇರುವ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು

- ಕಳಂಕ
- ಲಿಂಗ ತಾರತಮ್ಯ
- ಲಾಭಗಳ ಅರಿವು ಇಲ್ಲದಿರುವುದು

2. ತಂದೆತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕೇಂದ್ರಗಳು – ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ

ಇಂಥ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆರಿಗೆ ಮುನ್ನ ಆರೈಕೆ ನೀಡುವ ಕ್ಲಿನಿಕ್ಕುಗಳು ಅಥವಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಬೇಕು. ತಮ್ಮ ಸೆರೋಸ್ಥಿತಿಯ ಕುರಿತು ಅರಿಯುವುದು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದರೆ ಗೋಪ್ಯವಾದ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು. (ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿನ ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಕುರಿತಾದ ಕರಪತ್ರಕ್ಕಾಗಿ ಅನುಬಂಧವನ್ನು ನೋಡಿ.)




ಬೆಂಬಲವು, ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ (ವಿಸಿಟಿಸಿ) /ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ

ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ ಯ ಸೇವೆಗಳು (ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 4ನ್ನು ನೋಡಿ)

- ಎಲ್ಲ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು
- ಎಚ್‌ಐವಿಗಾಗಿ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಪರೀಕ್ಷೆ
- ಭ್ರೂಣಕ್ಕೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಆಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ಆರೈಕೆ
- ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಆಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಪ್ರಸವಾವಧಿ ಆರೈಕೆ
- ಶಿಶುವಿಗೆ ಎದೆಹಾಲು ಕುಡಿಸುವ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಸೇವೆಗಳು

3. ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಇವು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ನಡೆಸುವ ಕೇಂದ್ರಗಳು. ಇಲ್ಲಿ ಆರೈಕೆ, ಆತ್ಮಸಮಾಲೋಚನೆ, ಸಮಯಸಾಧಕ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿನ ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಪಟ್ಟಿಗಾಗಿ ಅನುಬಂಧವನ್ನು ನೋಡಿ.



ಎಚ್‌ಐವಿಯೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ಬೇಕು

4. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ಇರುವ ಗುರಿನಿಗದಿತ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳು

ಗುರಿನಿಗದಿತ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಏಡ್ಸ್ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶ. ಗುರಿನಿಗದಿತ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯು ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಸಮರ್ಥನೆ ನೀಡಬಲ್ಲ ಉತ್ತೇಜಕ ಪರಿಸರವನ್ನು ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ.

ಇಂಥ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ಒಂದು ನಿಶ್ಚಿತ ಜನಸಮೂಹವನ್ನು ಲಕ್ಷ್ಯದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಇಂಥ ಜನರ ವರ್ತನೆ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಅವರನ್ನು ಸಮರ್ಥಗೊಳಿಸುವಂಥ ಪರಿಸರವು ಈ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳಿಗೂ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಬೇಕು.

ಕರ್ನಾಟಕ ಸ್ಟೇಟ್ ಏಡ್ಸ್ ಪ್ರಿವೆನ್ಷನ್ ಸೊಸೈಟಿ (KSAPS) ಇಂಥ 32 ಗುರಿನಿಗದಿತ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದೆ. ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಗುರಿನಿಗದಿತ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿವಿಧ ಸಂಘ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ವಿವರವನ್ನು ಅನುಬಂಧ ದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ದಾಖಲೀಕರಣ

ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಇಡುವುದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು

- ಯಾವ ಬಗೆಯ ಜನ ಸೋಂಕನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕ
- ಸೋಂಕು ತಗಲುತ್ತಿರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತಿಯೇ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕ
- ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸೋಂಕಿನ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು
- ಯಾವ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ನಡೆಸಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಅಂದಾಜು ಸಿಗುತ್ತದೆ
- ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಕುರಿತು ನಿಗಾ ಇಡಲು ಸಹಾಯಕ
- ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆಯ ಮುಂದುವರಿಕೆಗೆ ಸಹಾಯಕ

ಕರಪತ್ರ 11.2 : ಎಸ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ/ಎಚ್‌ಐವಿ ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸಲು ಒಂದು ಮಾದರಿ ನಮೂನೆ

1. ಪ್ರಕರಣ ಸಂ:
2. ದಾಖಲಾದ ದಿನಾಂಕ:
3. ವಯಸ್ಸು:
4. ಲಿಂಗ:
5. ವಾಸ ಸ್ಥಳ
6. ಮದುವೆ ಆಗಿದೆಯೇ:
7. ಶಿಕ್ಷಣ ಮಟ್ಟ:
8. ವೃತ್ತಿ:
9. ವೃತ್ತಿಯಿಂದಾಗಿ ತುಂಬಾ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆಯೇ:
10. ಧರ್ಮ:
11. ಜಾತಿ:
12. ವರದಿ ಮಾಡಿದ ಬಾಧೆ: ಹುಣ್ಣು/ಸ್ರಾವ/ತೊಡೆ ಸಂದಿಯಲ್ಲಿ ಊತ/ವೃಷಣಕೋಶದ ಉರಿಯೂತ/ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆ ನೋವು
13. ಹಾಲಿ ಲಕ್ಷಣಕ್ಕಾಗಿ ಏನಾದರೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದೆಯೇ ಹೌದು/ಇಲ್ಲ
14. ಹೌದಾದರೆ, ಅದರ ವಿವರಗಳು: ....
15. ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ರೆಫರ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಡಾಕ್ಟರರ ಹೆಸರು: ....
16. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನಶೈಲಿ:

– ಸಿಗರೇಟು/ಬೀಡಿ	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ತಂಬಾಕು / ಗುಟ್ಕಾ ತಿನ್ನುವುದು	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ಮದ್ಯಪಾನ	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ಜೂಜು, ಇಸ್ಪೀಟು	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ಹಣ ಕೊಟ್ಟು ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖ ಪಡೆಯುವುದು	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕತೆ	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ಪತ್ನಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆ	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆ	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ
– ವೃತಿಪರ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಬಳಕೆ	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವು ಸಲ	ನಿಯತವಾಗಿ

17. ಎಚ್ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿ: ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಲ್ಲ / ಪಾಸಿಟಿವ್ / ನೆಗೆಟಿವ್

ಕರಪತ್ರ 11.3 : ಮುಂದುವರಿಕೆಗಾಗಿ ಮಾದರಿ ನಮೂನೆ

(ಕರಪತ್ರ 11.2ರ ಮುಂದುವರಿಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ದಾಖಲಿಸಬೇಕು)

1. ರೆಫರಲ್ ನಂತರ ಡಾಕ್ಟರರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಿರಾ.. ಹೌದು / ಇಲ್ಲ
2. ಇಲ್ಲ ಎಂದಾದರೆ, ಏಕೆ?

....

....

3. ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಲಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರಾ?.......................... ಹೌದು / ಇಲ್ಲ
4. ಇಲ್ಲ ಎಂದಾದರೆ, ಏಕೆ?

....

....

5. ನಿಮ್ಮ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸುಧಾರಿಸಿವೆಯೇ?.. ಹೌದು / ಇಲ್ಲ
6. ನಿಮ್ಮ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಯು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆದರೇ?.. ಹೌದು / ಇಲ್ಲ
7. ಹೌದು ಎಂದಾದರೆ, ಸಂಗಾತಿಯು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪಡೆದರೇ?......................... ಹೌದು / ಇಲ್ಲ
8. ಇಲ್ಲ ಎಂದಾದರೆ, ಏಕೆ?

....

....

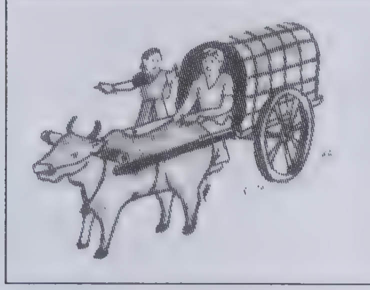
9. ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸುದಾರಿಸಿವೆಯೇ?.. ಹೌದು / ಇಲ್ಲ
10. ಸೋಂಕು ಇರುವ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸಿದಿರಾ?.............................. ಹೌದು / ಇಲ್ಲ

ಎಚ್‌ಐವಿ ಇದೆಯೆಂದು ಪತ್ತೆಯಾಗಿದ್ದು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಏಡ್ಸ್ ಇರುವುದು ಖಾತ್ರಿಯಾದರೆ ಈ ವಿಚಾರವನ್ನು ರಾಜ್ಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಇಲಾಖೆಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಬೇಕು. ನಿಗದಿತ ನಮೂನೆ (ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳ ವರದಿ) ಸಿಗುತ್ತವೆ; ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇಲಾಖೆಗೆ ಕಳಿಸಿಕೊಡಬೇಕು.

ಸಮರ್ಥವಾದ ಸೇವಾಜಾಲದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ



ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇಂ.ದ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯು ಉತ್ತಮ ಸೇವಾ ಜಾಲಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕು.....





ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸೇವಾ ಜಾಲವೆಂದರೆ ಒಬ್ಬರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವುದು ಎಂದರ್ಥ ...

ಕರಪತ್ರ 11.4: ಸೇವಾಜಾಲ - ಉದ್ದೇಶ, ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಪಾತ್ರ, ಯಾರ ಜೊತೆ, ಅಗತ್ಯವಾದ ಕೌಶಲಗಳು

ಸೇವಾಜಾಲದ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಒಬ್ಬರು ನೀಡುವ ಸೇವೆಯನ್ನು ಅನಗತ್ಯ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನೀಡದಿರಲು
- ಸೇವೆಗಳ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು

ಸೇವಾಜಾಲದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಪಾತ್ರ

- ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ, ಹತ್ತಿರದ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರಬೇಕು
- ಈ ಎಲ್ಲ ಕೇಂದ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ರೆಫರಲ್ ಮಾಡುವ ಸಮರ್ಪಕ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಇಂಥ ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಇರುವ ಕುರಿತು ಸಮುದಾಯದವರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಿ
- ಇಂಥ ಸೇವೆಗಳ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ

ಯಾರ ಜೊತೆ ಸೇವಾಜಾಲದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

- **ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು** : ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕರು, ಸಮುದಾಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಡಾಕ್ಟರರು, ಪ್ರಭಾವಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು/ ರಾಜಕಾರಣಿಗಳು, ಸಮಾಜ ಸೇವಕರು, ದಾನಿಗಳು, ಧಾರ್ಮಿಕ ಗುರುಗಳು, ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರು, ಸಮಾಜ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಇತ್ಯಾದಿ
- **ಸಮೂಹಗಳು** : ಸರಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಬೆಂಬಲ ಸಮೂಹಗಳು / ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಗಳು
- **ಸಂಸ್ಥೆಗಳು** : ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು (ಸರಕಾರೀ/ಖಾಸಗಿ), ಐಸಿಟಿಸಿಗಳು, ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ

ಸೇವಾಜಾಲದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲು ನರ್ಸ್ ಯಾವ ಬಗೆಯ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿರಬೇಕು?

- ಇತರರ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
- ಯಾರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಾದರೂ ಸರಿ ಸೌಹಾರ್ದಯುತವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮನೋಭಾವ
- ಮನವೊಲಿಸುವ ಕೌಶಲ
- ಅಗತ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಹಸ್ತ ಚಾಚುವ ಧ್ಯೇಯ, ಕಾಳಜಿ
- ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ವ್ಯಕ್ತಿ-ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವುದು
- ಅಗತ್ಯವಿರುವಾಗ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಸೇವಾಜಾಲದ ಇತರ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಸಮಯ

ಮುಂದುವರಿಕೆ

ಮುಂದುವರಿಕೆಯ ಕ್ರಮಗಳು

- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನೆ ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂಪರ್ಕ
- ಅಂಚೆಯ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕ
- ಫೋನ್‌ನ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕ
- ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕರುಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂದೇಶ ಕಳಿಸುವುದು

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗೋಪ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿಡಿ.

ಕುಟುಂಬ ಆರೋಗ್ಯ ಜಾಗೃತಿ ಆಂದೋಲನ

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ತಡೆಗಟ್ಟುವುದರಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಪಾತ್ರವೇನು ಎಂಬುದರ ಜೊತೆಗೆ ಕುಟುಂಬ ಆರೋಗ್ಯ ಜಾಗೃತಿ ಆಂದೋಲನದ ಕುರಿತೂ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಗೋಷ್ಠಿವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದು. ಇದು, ಕುಟುಂಬ ಆರೋಗ್ಯ ಜಾಗೃತಿ ಆಂದೋಲನದಲ್ಲಿ ನರ್ಸುಗಳ ಪಾತ್ರದ ಕುರಿತು ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಈ ಆಂದೋಲನವನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ ಮತ್ತು ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕುಟುಂಬ ಆರೋಗ್ಯ ಜಾಗೃತಿ ಆಂದೋಲನದ ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕುಗಳ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದೇ ಈ ಆಂದೋಲನದ ಒಟ್ಟು ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

ಆಂದೋಲನದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳೆಂದರೆ:

- ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಈ ಸೋಂಕುಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯುಳ್ಳ ಜನವರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು
- ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಜನ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಪಾಸಣೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು
- ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸೇವೆಗಳ ಕುರಿತು ಜನರಿಗೆ ತಿಳವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು
- ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಪ್ರಥಮ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುವುದರ ಮೂಲಕ, ಆರ್‌ಟಿಐ/ಎಸ್‌ಟಿಡಿಗಳನ್ನು ಆರಂಭದ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣ ಸೂಕ್ತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು
- ಪುರುಷರಿಗಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರಿಯ ಮಾಹಿತಿ, ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಂವಹನದ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರವನ್ನು ರೂಪಿಸಿ, ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸುವುದು

ಕಾರ್ಯತಂತ್ರ

- ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಅಂತರ್‌ವಲಯ ಸಮನ್ವಯ
- ಸಮೂಹ ಜಾಗೃತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಘಟನೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವರ್ಧನೆ
- ಎಸ್‌ಟಿಡಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಆಂದೋಲನ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗ್ರಾಮದಲ್ಲೂ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವುದು
- ನಿಗಾವಣೆ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ

ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಮಾಹಿತಿಯ ಒಂದು ನಮೂನೆಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

ಹೆಸರು	ವಿಳಾಸ	ವಯಸ್ಸು	ಲಿಂಗ	ಲಕ್ಷಣಗಳು	ರೆಫರಲ್	ಮುಂದುವರಿಕೆ

12 ಎಚ್.ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತಾದ ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ವಿಚಾರಗಳು

ಪೀಠಿಕೆ

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ಗೌರವದಿಂದ ಬದುಕುವ ಹಕ್ಕಿದೆ, ಹಾಗೆಯೇ ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ಕೂಡ. ಆದರೆ ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರು ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳ ವಿರುದ್ಧ ತಾರತಮ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಅನೇಕ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ನಮಗೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಅವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರಿಗೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಉದ್ಯೋಗ ಇತ್ಯಾದಿ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ನರ್ಸ್ ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ತಿಳಿದಿರುವುದು ಆಕೆ ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು.

ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳವಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಎಡೆ ಇರುವಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ
- ಈ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ತಮ್ಮ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು

- ಎಚ್ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಇತರರಂತೆಯೇ ಗೌರವದಿಂದ ಬಾಳುವ ಹಕ್ಕಿದೆ
- ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವವರ ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ವಿವಿಧ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೇವಾ ಸಮನ್ವಯ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ನರ್ಸ್ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸಬಲ್ಲರು

ಪೂರಕ ಸಾಮಗ್ರಿ

ಎಲ್ಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೂ ಕೆಲವು ಮೂಲಭೂತ ಹಕ್ಕುಗಳು ಇವೆ: ಹೆಸರು, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತೆ, ಧರ್ಮ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಆಹಾರ, ನೀರು, ವಸತಿ, ಬಟ್ಟೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು, ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಹಕ್ಕು ಇತ್ಯಾದಿ. ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರಿಗೂ ಈ ಹಕ್ಕುಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅನುಬಂಧ ಎಚ್, ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನು ಹೊಂದಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿ ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ಮಗುವಿನ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಕಾನೂನು ವಿಚಾರಗಳು

- ಆಸ್ತಿಯ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದು
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಭದ್ರತೆ ವಿಮೆಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದು

ಕರಪತ್ರ 12.1 : ಎಚ್‌ಐವಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಕಾನೂನು ವಿಚಾರಗಳು

- ಪೂರಣೆಗಾಗಿ ಇರುವ ರಕ್ತ ಮತ್ತು ರಕ್ತೋತ್ಪನ್ನಗಳ ಕಡ್ಡಾಯ ಪರೀಕ್ಷೆ (ಔಷಧವಸ್ತು ಮತ್ತು ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳ ನಿಯಮಗಳು-1993 ರಕ್ತದ ಸುರಕ್ಷಿತತೆ)
- ಕೃತಕ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಮಾನವ ಅಧಿನಿಯಮ 1995
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಏಕಾಂತತೆ ಹಕ್ಕು - ಭಾರತ ಸಂವಿಧಾನದ 21ನೆ ಕಲಮು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ಮೂಲಭೂತ ಹಕ್ಕನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ
- ಕೆಳಗಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ:
  - ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ಜನವರ್ಗಕ್ಕಾಗಿ - ಸಮ್ಮತಿಯೊಂದಿಗೆ
  - ಪರೀಕ್ಷಾಪೂರ್ವ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ನಂತರ ತಮ್ಮ ಒಪ್ಪಿಗೆ ನೀಡುವವರಿಗಾಗಿ
  - ಅನಾಮಿಕವಾಗಿ ನಡೆಸುವ ಸರ್ವಿಲೆನ್ಸ್‌ಗಾಗಿ
  - ಸಂಶೋಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ-ಇದು ಹೊಂದಿಕೆ ಇಲ್ಲದಂತೆ - ಅನಾಮಿಕವಾಗಿರಬೇಕು, ಆದರೆ ಸಮ್ಮತಿಯೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸಬೇಕು
- ವೃತ್ತೀಯ ದುರ್ನಡತೆ ಮತ್ತು ಉಪೇಕ್ಷೆ ಕಾನೂನಾತ್ಮಕ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಗೆ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡಬಹುದು
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸ್ವತಃ ಇಷ್ಟಪಡಲಿ ಬಿಡಲಿ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಈತನ/ಈಕೆಯ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕುರಿತು ಸೂಚನೆ ನೀಡುವ ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಡಾಕ್ಟರರು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು - ಸರ್ವೋಚ್ಚ ನ್ಯಾಯಾಲಯ
- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನೀಡಲಾಗಿರುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿವರಗಳನ್ನು, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ರೆಫರ್ ಮಾಡಿರುವ ಇನ್ನಿತರ ಡಾಕ್ಟರರ ಹೊರತಾಗಿ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಬಹಿರಂಗ ಪಡಿಸಬೇಕಾದರೆ ಸಂಬಂಧಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುಮಿತಿ ಬೇಕೇಬೇಕು

ನೈತಿಕ ವಿಚಾರಗಳು

ನೈತಿಕ ತತ್ವಗಳು

- ಉಪಕಾರ ಮಾಡುವುದು (ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡು)
- ಕೇಡು ಬಗೆಯದಿರುವುದು (ಎಂದಿಗೂ ಕೆಟ್ಟದನ್ನು ಮಾಡಬೇಡ)
- ನ್ಯಾಯ (ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ನ್ಯಾಯವಾಗಿ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯದೇ, ಯಾವುದೇ ತಾರತಮ್ಯ ಮಾಡದೇ, ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ನ್ಯಾಯವಾಗಿ ನೋಡುವುದು)
- ಸತ್ಯಶೀಲತೆ (ಸತ್ಯ ಹೇಳು)
- ಸ್ವಯಂ ನಿರ್ಧಾರ (ತಾನೇ ತರ್ಕಬದ್ಧ ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮರ್ಥನಾಗುವಂತೆ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು)
- ಮಾನವ ಗೌರವವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು
  - ಗೋಪ್ಯವನ್ನು ಕಾಡಾಡುವುದು, ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು (ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಪಡೆದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಇನ್ಯಾರಿಗೂ ಹೇಳದೇ ಇರುವುದು)
  - ಅಜ್ಞಾನತೆ/ಅನಾಮಕತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು (ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗೆಗಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹೆಸರಿನೊಂದಿಗೆ ಬಳಸದೇ ಇರುವುದು)

ಕರಪತ್ರ 12.2 : ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಮಾಹಿತಿಗಳು

ಶ್ರೀ 'ಕ' ಅವರಿಗೆ ನೀಡಬೇಕಾಗಿರುವ ಮಾಹಿತಿ

- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬಹಳ ಸರಳವಾದ ಪರೀಕ್ಷೆ. ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ತಿಳಿಯುವ ಫಲಿತಾಂಶವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಮಹತ್ವವಾದುದು.

ನೈತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು	ಪರಿಹಾರ
• ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಮಾಡಬಾರದು • ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬುದ್ಧಿಪೂರ್ವಕ ಸಮ್ಮತಿ ಪಡೆದ ನಂತರ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು • ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಅಗತ್ಯ, ಮಹತ್ವ ಮತ್ತು ಅದರ ಫಲಿತಾಂಶ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಎಂದು ಬಂದರೆ ಆತನಿಗೆ ಇರುವ ಆಯ್ಕೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಎಲ್ಲ ಮಾಹಿತಿ ಇದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪರೀಕ್ಷಾಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷಾನಂತರದ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಬೇಕು	• ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಲಾಭಗಳ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿ • ತನ್ನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಅರಿಯುವಲ್ಲಿ ಇರುವ ಅನುಕೂಲಗಳ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿ, ಅಂದರೆ, ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮವನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗನೇ ಆರಂಭಿಸುವುದು • ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಆಯ್ಕೆಗಳ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಿ • ಅಧ್ಯಾಯ 11ರಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿದಂತೆ, ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಎಲ್ಲ ಅಂಶಗಳ ಕುರಿತು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಮೂಲಕ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿ • ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಗಾಗಿ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಲ ಭೇಟಿ ಮಾಡುವು ಅಗತ್ಯವಿರಬಹುದು • ಪರೀಕ್ಷಾ ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 8ನ್ನು ನೋಡಿ • ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮದ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾಯ 3ನ್ನು ನೋಡಿ • ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿರುವ ಆಯ್ಕೆಗಳ ಕುರಿತು ಅಧ್ಯಾಯ 9ನ್ನು ನೋಡಿ

ಕರಪತ್ರ 12.3: ಸುರಕ್ಷಿತತೆಯ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ಕ್ರೀನಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು

ಕೆಳಗಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಕ್ರೀನಿಂಗ್‌ಗೆ ಅವಕಾಶವಿದೆ

- ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ರಕ್ತವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು
- ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮುನ್ನ ಗರ್ಭಿಣಿ ತಾಯಂದಿರೊಂದಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿ ಅವರ ಬುದ್ಧಿಪೂರ್ವಕ ಸಮ್ಮತಿಯೊಂದಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಬಹುದು. ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಇದು ಸಹಾಯಕ
- ಸೋಂಕಿನ ಹರಡಿಕೆಯ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ: ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕವು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಇನ್ನೂ ಹದಗೆಡುತ್ತಿದೆಯೇ ಎಂದು ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಗುಣಾತ್ಮಕ ದತ್ತಾಂಶಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾದ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಹೆಸರಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸದ ಅನಾಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ

ಸುರಕ್ಷಿತತೆಯ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲ

- ಹೀಗಾಗಿ, ಒತ್ತಾಯ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಯಾರನ್ನೂ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸುವಂತಿಲ್ಲ. ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ಉತ್ತೇಜಿಸಬಹುದು

ಇದೇ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿನ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿರುವ ಎಚ್‌ಐವಿ ಕುರಿತಾದ ಕಾನೂನು ಸಂಬಂಧಿ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಓದಿ

ಕರಪತ್ರ 12.4 : ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿರುವ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ನರ್ಸ್ ನೀಡಬಹುದಾದ ಸಲಹೆ

ಗಂಡ ಮತ್ತು ಹೆಂಡತಿ ಇಬ್ಬರೂ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿದ್ದರೆ

- ತಂದೆತಾಯಂದಿರಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ತಗಲದಂತೆ ತಡೆಯಲು, ಎಲ್ಲ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಬೇಕಾದುದು ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ಕರ್ತವ್ಯ. ಸರಿಯಾಗಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸದೇ ಇದ್ದರೆ ಅಂಥ ದಂಪತಿಗಳು ತಪ್ಪಾದ ಜನನಕ್ಕಾಗಿ ನಷ್ಟಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು
- ಅವರಿಂದ ಹುಟ್ಟುವ ಮಗುವಿಗೂ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇರುವುದರಿಂದ ಅವರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆಯದಿರುವುದೇ ಒಳ್ಳೆಯದು
- ಮಕ್ಕಳು ಬೇಕೇ ಬೇಕೆಂದರೆ ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಅವರ ಮುಂದೆ ಇಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಅಂತಿಮ ಆಯ್ಕೆ ಅವರದೇ
- ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಇಂಥ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಕಾನೂನು ಪ್ರಕಾರ ಸಮ್ಮತ. ಆದರೆ ಇವರು, ತೀವ್ರವಾದ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಈಡಾದರೆ, ಮಗುವನ್ನು ಸಾಕಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಡಬೇಕು
- ತಮ್ಮದೇ ಮಗುವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಕುರಿತು ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಸಬೇಕು
- ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಬೇಕು. ಎಂದರೆ, ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಗಲದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಕಾಂಡೋಮ್‌ನ್ನು ಬಳಸಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ವಿವರಿಸಬೇಕು

ಕರಪತ್ರ 12.5 ಏಕಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಗೋಪ್ಯತೆ ಕುರಿತು ನೈತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

- ಅನಪೇಕ್ಷಿತ ಪ್ರಕಟಣೆ ನಿಷೇಧ
- ಫಲಿತಾಂಶ ಪ್ರಕಟಿಸುವ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ಸಂಬಂಧಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕುರಿತು ಅತನ/ಆಕೆಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗೂ ತಿಳಿಸುವುದರ ಅಗತ್ಯದ ಕುರಿತು ಹೇಳಬೇಕು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಮ್ಮತಿ ನೀಡಿದ ನಂತರವಷ್ಟೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ಅಥವಾ ಸೂಜಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಗಾತಿಗೆ ವಿಷಯ ತಿಳಿಸಬೇಕು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ದಾಖಲೆಗಳ ಮೇಲೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸಬಾರದು
- ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಲು ಅನುಮತಿ ಇದೆ
- ರೆಫರ್ ಮಾಡಿದ ಡಾಕ್ಟರಿಗೆ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿಸಬಹುದು
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸ್ವಯಿಚ್ಛೆಯಿಂದ ಸೂಚಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ/ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಆತನ/ಆಕೆಯ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ

ಕರಪತ್ರ 12.6 : ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿರಾಕರಿಸಿದಾಗ ಉದ್ಭವವಾಗುವ ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

- ಸೇವೆಯನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿ ಬಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರೋಗವನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡುವುದು ಎಲ್ಲ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವೃತ್ತಿಕರ ಕರ್ತವ್ಯ
- ಕರ್ತವ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಲಕ್ಷ್ಯ ತೋರಿದ ಕುರಿತು ಯಾರಾದರೂ ದೂರು ಸಲ್ಲಿಸಿದರೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಉತ್ತರದಾಯಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಇದೆ ಎನ್ನುವ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಯಾವುದೇ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಥವಾ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವಂತಿಲ್ಲ
- ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಕುರಿತು ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು
- ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು
- ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಕರ್ತವ್ಯವು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಕುರಿತಾಗಿರುವ ಇತರ ನೈತಿಕ ವಿಚಾರಗಳು

- ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪತಿ/ಪತ್ನಿ, ಸಂಗಾತಿಗಳು, ಉದ್ಯೋಗದಾತರು ಇತ್ಯಾದಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುವ ಕುರಿತು ಇರುವ ಗೋಪ್ಯದ ಸಂದಿಗ್ಧತೆ
- ಅಧಿಕ ಅಪಾಯಸಾಧ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರನ್ನು ಉದ್ಯೋಗಗಳಿಂದ ಹೊರಗಿಡುವುದು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ತರಹ
- ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪರಿಚಯವನ್ನು ಬಯಲು ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದು
- ಗೋಪ್ಯದ ಮಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಮಹತ್ವ
- ಬುದ್ಧಿಪೂರ್ವಕ ಸಮ್ಮತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ
- ಅಗತ್ಯವಿರುವವರಿಗೆ ಆರೈಕೆ ಒದಗಿಸುವುದು
- ಹೊಸ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದು

ಎಚ್ಐವಿ / ಏಡ್ಸ್ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಹಕ್ಕುಗಳು

ಎಚ್ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತಿರುವವರಿಗೆ ಸುಸಂಗತವಾಗುವಂತೆ, **ಮೂಲಭೂತ ಮಾನವೀಯ ಹಕ್ಕುಗಳು** ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ. 1996 ಕಿರ್ಬೈಯಿಂದ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡ ಇವುಗಳನ್ನು 1992ರಲ್ಲಿ ನವೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ.

- ಗೋಪ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಏಕಾಂತತೆಯ ಹಕ್ಕು
- ತಾರತಮ್ಯವಿಲ್ಲದೇ ಉದ್ಯೋಗ ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು
- ಲಿಂಗ ನಿಷ್ಪಕ್ಷಪಾತದ ಹಕ್ಕು
- ಸುಧಾರಣೆಯ ಹಕ್ಕು
- ಗರಿಷ್ಠ ಸಾಧ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು
- ದಬ್ಬಾಳಿಕೆಯ ಕಾನೂನುಗಳು ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯ ನೀತಿಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಕ್ಕು
- ವಿವಾಹವಾಗಿ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಹಕ್ಕು
- ತಮ್ಮ ರಕ್ಷಣೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಮೂಲಭೂತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು

ಎಚ್ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಮಗುವಿನ ಹಕ್ಕುಗಳು: (ಮೂಲ: ಮಕ್ಕಳ ಹಕ್ಕುಗಳ ಒಡಂಬಡಿಕೆ)

ಸಾಮಾನ್ಯ ತತ್ವಗಳು

- ತಾರತಮ್ಯ ಮಾಡದಿರುವ ತತ್ವ (ಅನುಚ್ಛೇದ 2)
- ಮಗುವಿನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಅಭ್ಯುದಯ (ಅನುಚ್ಛೇದ 3)
- ಬದುಕುವ, ಉಳಿಯುವ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದುವ ಹಕ್ಕುಗಳು (ಅನುಚ್ಛೇದ 6)
- ಮಗುವಿನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಮನ್ನಣೆ ನೀಡುವುದು (ಅನುಚ್ಛೇದ 12)

ಹಕ್ಕುಗಳು

- ತಂದೆತಾಯಂದಿರನ್ನು ಅಗಲದಿರುವ ಕುರಿತಾದ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 9)
- ಏಕಾಂತತೆಯ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 16)
- ಹಿಂಸಾಚಾರದಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 19)
- ಸರಕಾರದಿಂದ ವಿಶೇಷ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ನೆರವು ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 20)
- ಅನ್ಯರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಥರಾದ ಮಕ್ಕಳ ಹಕ್ಕುಗಳು (ಅನುಚ್ಛೇದ 23)
- ಆರೋಗ್ಯದ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 24)
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಭದ್ರತೆಯ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 26)
- ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಬಿಡುವಿನ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 28 ಮತ್ತು 31)
- ಆರ್ಥಿಕ ಶೋಷಣೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಮತ್ತು ಮಾದಕತೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಶೋಷಣೆಯ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆಯ ಹಕ್ಕುಗಳು (ಅನುಚ್ಛೇದ 32, 33, 34 ಮತ್ತು 36)
- ಅಪಹರಣ, ಮಾರಾಟ, ಅನೈತಿಕ ವ್ಯವಹಾರ, ಚಿತ್ರಹಿಂಸೆ, ಹೀನಾಯವಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷೆ ಇವುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆಯ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 35 ಮತ್ತು 37)
- ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮರುಸಂಯೋಜನೆ ಹೊಂದುವ ಹಕ್ಕು (ಅನುಚ್ಛೇದ 39)

Appendix

HANDOUT: LIST OF VCTCs, PPTCTs and STI/RTI CARE CENTER

S.No.		VCTCs	PPTCTs	STI/RTI
1	Department of Microbiology, Victoria Hospital, Bangalore	✓		✓
2	Department of Neurovirology, NIMHANS, Bangalore	✓		
3	Department of Microbiology, KIMS, Hubli.	✓		
4	Department of Microbiology, VIMS, Bellary.	✓		✓
5	Department of Microbiology, K.M.C. Hospital, Manipal, Udupi Dist.	✓		
6	Department of Microbiology, K.M.C. Hospital, Attavar, Mangalore.	✓		
7	Department of Microbiology, Mysore Medical College, Mysore	✓		
8	District Hospital, Bagalkot	✓	✓	✓
9	District Hospital, Mandhya	✓	✓	
10	District Hospital, Bidar	✓	✓	✓
11	District Hospital, Bijapur	✓	✓	✓
12	District Hospital, Belgaum	✓	✓	✓
13	District Hospital, Chamarajnagar	✓	✓	✓
14	District Hospital, Chitradurga	✓	✓	✓
15	District Hospital, Chikmagalur	✓	✓	✓
16	District Hospital, Davangere	✓		✓
17	District Hospital, Dharwad	✓	✓	✓
18	District Hospital, Gadag	✓	✓	✓
19	District Hospital, Gulbarga	✓	✓	✓
20	District Hospital, Hassan	✓	✓	✓
21	District Hospital, Haveri	✓	✓	
22	District Hospital, Karwar (U.K)	✓	✓	✓
23	District Hospital, Kodagu (Coorg)	✓	✓	
24	District Hospital, Kolar	✓	✓	

S.No.		VCTCs	PPTCTs	STI/RTI
25	District Hospital, Koppal	✓	✓	✓
26	District Hospital, Raichur	✓	✓	✓
27	District Hospital, Shimoga	✓		✓
28	District Hospital, Tumkur	✓	✓	✓
29	District Hospital, Udupi	✓	✓	✓
30	Taluka Hospital, Jamkhandi, Bagalkot District	✓		
31	Taluka Hospital, Mudhol, Bagalkot District	✓		
32	JSS Hospital, Mysore	✓		
33	Vivekananda Memorial Hospital, Saragur, H D Kote Tq, Mysore Dist.	✓		
34	Sadhan Clinic, Surathkal, Mangalore	✓		
35	K.C. General Hospital, Bangalore		✓	✓
36	District hospital, Madikeri			✓
37	Vani Vilas Hospital, Bangalore		✓	
38	Kempegowda Institute of Medical Sciences, Bangalore		✓	
39	M .S. Ramaiah Medical College, Bangalore		✓	
40	Dr. B. R. Ambedkar Medical College,Bangalore		✓	
41	Sri Devraj Urs Medical College, Kolar		✓	
42	Sri Siddartha Medical College, Tumkur		✓	
43	Jaya Jagadguru Murugarajendra , Davangere		✓	
44	Karnataka Institute of Medical Science, Hubli		✓	✓
45	Jawaharalal Nehru Medical College, Belgaum		✓	
46	Mahadevappa Rampuri Medical College, Gulbarga		✓	
47	Vijay Nagar Institute of Medical Sciences (VIMS) , Bellary		✓	
48	Al-Ameen Medical College, Bijapur		✓	
49	Sri B M Patil Medical College, Bijapur		✓	
50	Kasturba Medical College (KMC), Mangalore		✓	
51	Father Muller's Medical College,Mangalore		✓	
52	K M C (Kasturba Hospital) , Manipal		✓	

S.No.		VCTCs	PPTCTs	STI/RTI
53	Government Medical College (K.R.Hpt.), Mysore		✓	
54	Jagadguru Sri Shivarathreswara, Mysore		✓	
55	SNR Hospital, Kolar			✓
56	General Hospital, Ankola			✓
57	General Hospital, Kollegala			✓
58	Bowring & Lady Curzon Hospital, Bangalore			✓
59	District Hospital, Bellary			✓
60	General Hospital, Saudatti, Belgaum District			✓
61	STD Clinic, General Hospital, Hospet, Bellary District			✓
62	General Hospital, Haveri			✓
63	General Hospital, Jayanagar, Bangalore.			✓
64	General Hospital, Shahpur, Dist. Gulbarga.			✓

Appendix

HANDOUT: LIST OF TARGETED INTERVENTIONS

Sl.No.	Name and address of the NGO	Targeted Intervention	Place of intervention
1	Bhoruka Charitable Trust, BPCL, Lorry parking lot, Devanagundhi, Hoskote Ph: 7945981; e-mail:bctbng@bgl.vsnl.net.in Contact Person: Mr. Govindaraj (Project coordinator); Dr. Surya Prakash (Program Manager)	Truckers	Devanagundhi, Bangalore
2	Bhoruka Charitable Trust, "Ashoka Plaza", No.48, 1st Floor, Gandhi Bazaar Main Road, Bangalore- 560 004. Ph: 6608428; e-mail:bctbng@bgl.vsnl.net.in Contact Person: Dr. Krishna Murthy (Project coordinator); Dr. Surya Prakash (Program Manager)	Healthy Highway Project	NH 4, Bangalore
3	Grama Swaraj Samithi, No.B.318, shetty layout, Ullalu upanagara Bangalore – 560056. Ph: 3289272 Contact Person: Smt. Sudha.S (Programme Coordinator)	Migrant Labourers	Ullalu Upanagara, Bangalore
4	Citizen's Alliance for Rural Development & Training Society, [CARDTS], Samudaya Arogyavahini, D. No: 10-150, D'Souza Villa, Behind Sheethal Apartment, Near Mahakali Temple, Ujjodi, Post Kankanady, Mangalore-575002. Ph: 08242-431215/431947; e-mail:citizensalliance@yahoo.com Contact Person: Mr. Satyendra Prakash(Project coordinator)	Migrant Labourers	Mangalore
5	Citizen's Alliance for Rural Development & Training Society, [CARDTS], Sahachara project, Near S.M.Petrol bunk, Billanakote, NH 4, Nelamangala Taluk, Bangalore Rural. Ph: 080- 7770842 Contact Person: Mr. Ravindra. M. Hegde (Project coordinator)	Truckers	Tumkur
6	Society for People's Action for Development, [SPAD], Flat No.1-13, Orient Manor, 15, Highstreet, Cooke Town, Frazer Town Post, Bangalore-560005. Ph: 5471680; e-mail:spadorg@satyam.net.in Contact Person: Mr. B. Vijay Kumar (Project coordinator)	Commercial Sex Workers	Bangalore
7	Society for People's Action for Development, [SPAD], Flat No.1-13, Orient Manor, 15, Highstreet, Cooke Town, Frazer Town Post, Bangalore-560005. Ph: 5471680; e-mail:spadorg@satyam.net.in Contact Person: Mr. Augustine. C. Kaunds (Project coordinator/ President)	Healthy Highway Project	Bangalore

Sl.No.	Name and address of the NGO	Targeted Intervention	Place of intervention
8	Bangalore Oniyavara Seva Coota, [BOSCO], # 91, 'B' Street, 6th Cross, Gandhinagar, Bangalore-560009. Ph: 080-2253392/2208471; e-mail:bosco@bgl.vsnl.net.in Contact Person: Fr. Francis (Project coordinator)	Street Children	Bangalore
9	Samuha-Samraksha, Flat. No.4, Sadhashivanagar, Gadag Road, Koppal Ph: 080-3546973 / 3546965 / 3546961 Contact Person: V.M.Devi (Project coordinator); Smt. Sangamitra Iyengar (Director)	Truckers	Raichur and Koppal
10	Samuha-Samraksha, # 17/1, Harris Road, Benson Town, Behind ISI, Bangalore-560046. Ph: 080-3546973/3546965/3546961; e-mail:samraksha@vsnl.in Contact Person: Ms. Nagaveni (Project coordinator); Smt. Sangamitra Iyengar (Director)	Commercial Sex Workers	Bangalore
11	Jagruthi, Jyothi Complex, C3, II Floor, # 134/1, Infantry Road, Bangalore-560001. Ph: 91-80-2860346/5266132; e-mail: jagru@vsnl.net Contact Person: Smt. Renu Appachu (Project coordinator/Director)	MSM & Trans-sexuals	Bangalore
12	Suraksha, # 76, 2nd Stage, Kamalanagar, Bangalore-560079. Ph: 3223669; e-mail:suraksha-harini@yahoo.com Contact Person: Smt. Harini Kakkeri (Project coordinator)	Migrant Labourers	Bangalore
13	Karnataka Integrated Development Services [KIDS], Kalmath Building, Tikare Road, Dharward-580001. Ph: 0836-74087/744196; e-mail:kids_dharward @ hot mail. Com Contact Person: Smt. Pankaja Kalmath (Project coordinator)	Truckers	Dharwad
14	Karnataka Network for PLWH/A, No.113, 1st Floor, 15th Cross, 8th Main, Wilson Garden, Bangalore-560 030. Ph:2120409 ; Fax:2120410 Contact Person : Mr. Elango (Project coordinator)	PLWHA	Bangalore
15	Asha Foundation, No. 58, SBM Colony, 3rd Main, Anandnagar, Bangalore-560024. Ph: 3543333/91-80-3332921 e-mail:ashaf@satyam.net.in Contact Person: Dr. Glory Alexander (Project coordinator/ Chair person)	Telephone Counselling	Bangalore
16	Ujwala Rural Development Service Society, [URDSS], Jadar Galli, Shanthi Nagar, Bijapur-586104 Ph: 08352-(R)57136, (o)22972 Contact Person : Smt.Sunanda.V.Tolabandi (Project coordinator)	Commercial Sex Workers	Bijapur

Sl.No.	Name and address of the NGO	Targeted Intervention	Place of intervention
17	Truck Workers Welfare & Charitable Trust, [TWCT], #2, 1st Cross, Chickkanna Garden, Shankarapuram, Bangalore-560018. Ph: 6612126/6678526 Contact Person: Mr. Sathish Joshy (Project co-coordinator); Mr.B.Channa reddy (Managing trustee)	Truckers	Bangalore
18	Bhoruka Charities, No.13, Shanthinagar, Near Amba Bhavani Temple, Gulbarga - 585103 Ph: 08472-453208; 080-2270577/2272271; e-mail: bhoruka_charities@yahoo.com Contact Person: Mr.Devendra Kattimani (Projector co-coordinator); Mr.Krishna Madhav (Director)	Truckers	Gulbarga
19	Belgaum Integrated Rural Development Society, [BIRDS], Naganur, Gokak Taluk, Belgaum District, Karnataka-591319. Ph: 08332-384678/08334-388622; 08332-324435 Contact Person: F.M.Jiralimat (Project co-coordinator)	Truckers	Belgaum
20	Ujwala Vividoddesha Sangha, Veerendra patil colony, Flat No.259, G.D.A. Layout, Sedam Road, Gulbarga – 585106. Ph:08472-465933, Mobile: 94483-33514 Contact Person: Sanganna Ijery (Project coordinator)	Truckers	Gulbarga
21	Sharana Tatva Prasara and Rural Development Seva Samsthe, Aurad, Koutha(B), Bidar. Ph:0848-229003; Mb: 9448011359 Contact Person: Mr.Shiva Kumar (Project co-coordinator)	Truckers 9448410708	Bidar
22	Rural Welfare Trust, Gramadeep, Santibastwad, Belgaum – 590014 Ph:0831-413220/413378/402121; Fax:0831430714 Contact Person: Mr. Sanjeev. R. Kulkarni (Project co-coordinator)	Migrants	Belgaum
23	SWIM- Social Welfare Institute of Mankind, No.3294, MCC, 'B'Block, Davangere – 577004. PH:0819-222294, 223729(Satish), Mb: 9844114235 Contact person: B.M.Satish (Project co-coordinator/President)	Telephone counselling	Davangere
24	Baswa Karya Samithi, Kotgyal post Nittur (B), Bhalki taluk, Bidar District Ph: 08482 – 225679/224903; Mb: 9448466567 Contact person: Mr.Basavaraj Patil (Project co-coordinator)	Migrants	Bidar
25	Mandya Jilla AIDS Prevention Mahila Sangha, Rudrappa building, 4th Cross, R.P.Road, Subhash Nagar, Opp. Guru Bhavan, Mandya – 571402. Ph: 08232-236083(R)/ 08232-221839(PP) Contact Person: Shanthamma (Project co-ordinator)	Commercial Sex Workers	Mandya

Sl.No.	Name and address of the NGO	Targeted Intervention	Place of intervention
26	Sanjeevini AIDS Jagruthi Mahila Sangha, C/O. B.S. Lokesh, No.52/D, VinayakaNagar, 1st cross, Tumkur: 3 Ph: (PP)0816- 2090224/ 08133-266895 (Sharadha (Papamma) Contact Person: Sharadha (Project co-ordinator)	Commercial Sex Workers	Tumkur
27	Vimukthi AIDS Prevention Mahila Sangha, C/O.S.Indirabai, No.16, Ward No.3, Station Road, Bellary – 583101. Ph: 08392-232395(Girijamma) Contact Person: Girijamma (Project co-ordinator)	Commercial Sex Workers	Bellary
28	Shakthi AIDS Prevention Mahila Sangha,Ms. Nulli building, behind ADB Bank(SBI), Gokak Taluk,Belgaum – 591307 Ph: 08332-24435(o), 08332-29178(R) Contact Person: Kasturi Kollur (Project co-ordinator)	Commercial Sex Workers	Belgaum
29	AIDS Jagruthi Mahila Sangha, Flat No.31, Hirendagi building, Opp. Anikethana Hospital, Near ING Vysya Bank, K.K.Colony, Jalnagar, Bijapur - 586101 Contact Person:Yashodha Melinkeri (Project co-orinator)	Commercial Sex Workers	Bijapur
30	Darbari AIDS Prevention Mahila Sangha, C/o. Siddamma Arjun, Railway Employ Calony, H.No.72, Gate No. 83, Afazalapur Road, Gulbarga Contact Person: Mrs.Shamala Kerartigi (Project co-ordinator)	Commercial Sex Workers	Gulbarga
31	Samuha-Samraksha (Raichur/Koppal), # 17/1, Harris Road, Benson Town, Behind ISI, Bangalore-560046. Ph: 080-3546973/3546965/3546961; e-mail:samraksha@vsnl.in Contact Person: V.M. Devi_ (Project co-ordinator- incharge); Smt. Sangamitra Iyengar Director)	Commercial Sex Workers	Raichur and Koppal
32	Sadhana, Guru Garden, Vasavi nagar, PWD Camp, P.B. No. 19, Sindhanur, Raichur – 584128 Ph: 08535-523699/ 520053; Mb: 9448302953 Contact Person : Sharanappa Barasi (Project co-ordinator/ Secretary)	Migrants	Raichur

Sl.No.	Name and address of the NGO	Targeted Intervention	Place of intervention
33	Abhaya health institute of Actionaid Karnataka project, #94, First Floor, 4th cross, Sridevaraja urs layout, B Block, Davanagere Ph:08192-251313	KHPT NGO CSW/MSW/MSM	Davanagere
34	Abhaya Actionaid Karnataka project, Shimoga jilla office, 3rd cross, ANK road, Venkatesh nagar, Shimoga -201 Ph: 08192-251313	KHPT NGO CSW/MSW/MSM	Shimoga
35	BIRDS-KHPT HIV/AIDS Intervention project, Anand Talkies Road, Behind Laxmi Tower, Near Court Circle. Gokak-591307	KHPT NGO CSW/MSW/ MSM	Belgaum
36	MYRADA Bellary HIV AIDS Prevention program, Abdul Azim building,Plot No 160, Ex- Service man coloy,Bellary cross, Bellary 583102 Ph:08392-242684	KHPT NGO CSW/MSW /MSM	Bellary
37	Myrada-Soukhya-KHPT HIV/AIDS Prevention Program, 1st floor, Horticulture Office Road, VP Extension, Chitradurga 577501 Ph:08194-431470	KHPT NGO CSW/MSW/ MSM	Chitradurga
38	Myrada-KHPT HIV/AIDS Prevention Program, H No 1-1165/20 & 20A, Aiwan E Shahi, PDA Engineering College Road, Gulbarga 585102 Ph:9845453767	KHPT NGO CSW/MSW/ MSM	Gulbarga
39	Myrada-KHPT HIV/AIDS Prevention Program, No 425, 6th cross, Palasandra Layout, Kolar 563101 Ph:08152-570472	KHPT NGO CSW/MSW/ MSM	Kolar
40	Samuha-Samraksha, Anasuya building, near Health campus bus stand, Health camp area, Betageri, Gadag Ph:08372-245990	KHPT NGO CSW/MSW /MSM	Gadag
41	Samraksha-KHPT, house no-61, CS No-3341/13A, 2nd Cross, Ashwini Nagar, Haveri. Ph: 08375-836980	KHPT NGO CSW/MSW /MSM	Haveri
42	Samuha-Samraksha, No 14, Lingasagur Main raod, Next to KEB compound, Karnatka Housing Board, Raichur.	KHPT NGO CSW/MSW /MSM	Raichur
43	Samuha-Samraksha, Laxmi Nivas, TSS Road, Sirsi-581402 Uttara Kannada. Ph:08392-242684	KHPT NGO CSW/MSW /MSM	Uttara Kannada
44	Bhoruka Charitable Trust, "Ashoka Plaza", No. 48, 1st Floor, Gandhi Bazaar Main Road, Bangalore - 560 004.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Bangalore Urban
45	Society for People's Action for Development, (SPAD) Flat No. 1-13, Orient Manor, 15, High Street, Cooke Town, Frazer, Town Post, Bangalore - 560 005.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Bangalore Urban

Sl.No.	Name and address of the NGO	Targeted Intervention	Place of intervention
46	The Hind Kusht Nivaran Sangh, Lions Limb Centre, Wenlock District Hospital, Hampanakatta, Mangalore - 575 001	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Mangalore
47	Citizen's Alliance for Rural Development & Training Society (CARDTS) Samudaya Arogyavahini, D. No. : 10-150, D'Souza Villa, Behind, Sheethal Apartment, Near Mahakali, Temple, Ujjodi, Post Kankanady, Mangalore - 575 002.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Mangalore
48	Sharana Tatva Prasara and Rural Development Seva Samsthe, Aurad, Koutha (B), Bidar, Ph : 0848-229003 Mb : 9448011359	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Bidar
49	Baswa Karya Samithi, Shed No C-9, Industrial Estate, Gandhi Gunj, Bidar - 585 403. Ph : 08482 - 225679 / 224903	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Bidar
50	GUARD, 706, No. 4/3-73, 6th Cross, Vivekananda Road, Ajjarakadu, Udupi 576 101.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Udupi
51	Myrada 754, Near Maruthi Theatre, Hanur - 571439, Kollegal Taluk, Chamarajnagar District.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Chamarajnagar
52	Social Welfare Institute of Mankind, No. 3294, MCC, 'B' Block, Davangere - 577 004. PH : 0819-222294/223729 Mb : 9844114235	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Chickmagalur
53	Sri Shakthi Association, Sri Shakthi De-addiction Hospital, Bypass Road, Jyothi Nagar, Chikmagalur.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Chickmagalur
54	People's Education Society, P.E.S. Salaha Kendra, Nisha Manzil, 1st Cross, Housing Board Colony, Sakaleshpur, Hassan District.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Hassan
55	Swamy Vivekananda Youth Movement, Hanchipura Road, Saragur, H.D. Kote, Mysore District - 571 121	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Hassan
56	Hope Foundation, "Mookambika Nilaya" Sapthagiri Layout, Sira Taluk, Tumkur District.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Tumkur
57	Citizen's Alliance for Rural Development & Training Society [CARDTS], "Premika", # 17, 1st Block, 4th Main, Mahalaxmi Nagar, Batawadi, Tumkur - 572 103.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Tumkur
58	Samraksha, Flat No. 4, Sadashivanagar, Gadag Road, Koppal. Ph : 080-3546973 / 3546965	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Koppal
59	Sri Shakthi Association, Sri Shakthi Multi Speciality Hospital, Tilakwadi, Mangalwar Pet, Belgaum.	KSAPS NGO CSW/ MSW /MSM	Kodagu

APPENDIX

HANDOUT: LIST OF CARE AND SUPPORT CENTRES

1	**Snehasadan,** St. Camillus Rotary Rehabilitation Centre, P.O. Kinnikambla, Gurupur, Mangalore-574151. Ph: 0824-2258118/2258119 Contact Person: Fr. Joshy (Project coordinator/Director)
2	**Snehadaan,** St. Camillus Home of Charity, Sarjapura Road, Ambedkar Nagar, Carmelaram Post, Bangalore-560035. Ph: 080-8439516-102/080-8439631 Contact Person: Fr. Mathew Perumpil (Project coordinator)
3	**Freedom Foundation,** # 180, Hennur Cross, Bangalore-560043. Ph: 91-805440134/91-80-5449766; e-mail: freedom@bgl.vsnl.net.in Contact Person: Dr. Nirmala (Project coordinator) Mr. Ashok.K.Rau (Executive Trustee)
4	**Freedom Foundation,** No.30B, Infantry Road, Opp. T.B.Hospital, Bellary Cantonment, Bellary- 5831102 Ph: 08392-240888/244985 Contact Person: Mrs. Rathi Kapadia (Project coordinator); Mr..Ashok.K.Rau (Executive Trustee)
5	**Freedom Foundation,** No.3/3A, Survey No.14/1, C-2, Moolur Village, NH 17, Post Uchila- 574117, Udupi District Ph: 0820-2552312 Contact Person: Dr. Krupa (Project co-ordinator); Mr.Ashok.K.Rau (Executive Trustee)
6	**ACCEPT-AIDS Care, Counselling, Education and Prevention Training,** Rehoboth, Agape Street, Horamavu, Agara post, Bangalore – 43. Ph No. 080-8465418/56990452 Contact Person: Mr. A.S.Muralidharan (Project Coordinator); Sri. Raju.K.Mathew (chairman)
7	**Moolika Samvrudhi Arogyabhivrudhi Prathishtana,** Hariyappa hospital, R.P Road, Sagar Taluk-577401, Shimoga District. Ph.No.08183-326618/321870/328141(R) Contact Person: Dr. K.H. Chandra shekar Rao (Project coordinator/Vice President)
8	**Asha Jyothi,** Samraksha, No.10, Gundi Road, NH 13, Kustagi - 584121 Ph: 08536-668214; e-mail:samraksha@vsnl.in Contact Person: Ms. Sulekha (Project co-ordinator)

LIST OF EXPERTS AND AUTHORS

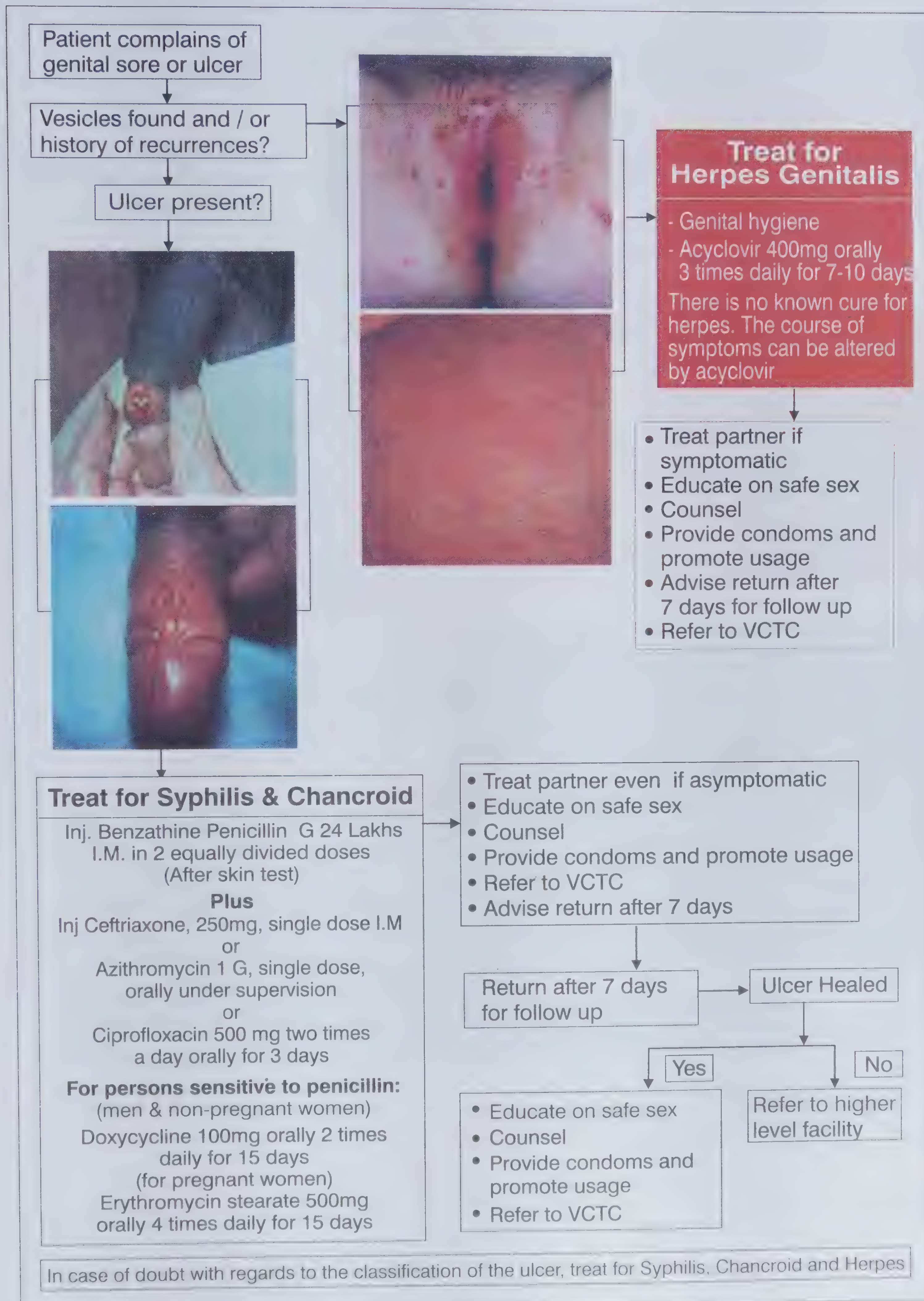
Sl.No.	Name - Experts	Address	Email address	Telephone number
1.	**Mr. Albert Selvanayagam**	31, Loyalo Layout Victoria Road Bangalore 560047	rosal@vsnl.com	Resi: 91 80-25362564
2.	**Mrs Rosalind Selvanayagam**	31, Loyalo Layout Victoria Road Bangalore 560047	rosal@vsnl.com	Resi: 91 80-25362564
3.	**Rev Fr. Mathew Perambil**	Director Snehedan St. Carmillus home of charity Carmelaram post Sarjapur road, Bangalore 35	Nil	Office: 91 80-28439516 91 80-28439631 Mobile: 9844005191
4.	**Dr. Ms. K. Lalitha**	27, Mental Hospital Quarters, Near Krishna guest house NIMHANS, Bangalore	Krishna@nimhans.kar.nic.in	Office: 9180 Resi : 9180-26567884
5.	**Mrs. H. Lalitha**	# 160, 7th A main 16th Cross J.P Nagar 4th Phase, Bangalore 78	Nil	Office: 91 80-22065121 Resi: 9180- 26581095
6.	**Mrs. Edwina Pereira**	Program Director, training INSA- India (International services Association), 5/1 Benson cross road Benson Town Bangalore 560046	insaind@blr.vsnl.net.in	Office: 91 80-23536633 91 80-23556299 Resi : 91 80-25461261 Mobile: 9448011208

Sl.No.	Name - Experts	Address	Email address	Telephone number
7.	**Dr. Sanjiv Lewin**	Assoc Professor and Unit Head Dept of Pediatrics St. John's Medical college Hospital Bangalore 560034	lewin@vsnl.com	Office: 91 80-22065284 Mobile: 9886085076
8.	**Dr. Reynold Washington**	Program officer India Canada Collaborative HIV/ AIDS Project (ICHAP) Pisces Building # 4/137 Crescent Road, High Grounds Bangalore 560001	reynold@ichapindia.org	Office: 91 80-22208354 Mobile: 9341948345
9.	**Ms. Madonna Britto**	Principal, St. Johns College of Nursing 105 Victoria Layout 1st Cross, Bangalore 560047	Nil	Office: 91 80-22065120/1 Resi : 91 80-25566849 91 80-25300208
1.	**Resource persons / authors** **Ms. Glory Lagali** **(Chapter IX & X)**	Lecturer, St. John's College of Nursing F-11, St. John's Staff Quarters Hosur Road Bangalore 560034	glorydinkar@yahoo.co.in	Office: 91 80- 22065129 Resi : 91 80- 25531860 Mobile: 9845992728
2.	**Ms. Dorothy Theodore** **(Chapter VII & VIII)**	Asst. Professor, St. John's College of Nursing No 122, Austin Town 1st Square Bangalore 560047	Nil	Resi : 91 80-25307650 Mobile: 9880417807

Sl.No.	Name - Experts	Address	Email address	Telephone number
3.	**Ms. Vijayalakshmi Satheesh** (Chapter II)	Associate Professor, St. John's College of Nursing E-42, St. John's Staff Quarters Hosur Road Bangalore 560034	Nil	Office: 91 80- 22065129 Resi : 91 80- 25631575 Mobile: 9886472981
4.	**Ms. Preethy D'Souza** (Chapter I, III, IV & X)	Associate Professor, St. John's College of Nursing Old 67, New 29III Cross, Gospel StreetSt. Thomas Town POLingarajapuram Bangalore 560084	rovand@hotmail.com	Office: 91 80-22065129 Resi : 91 80- 25479253 Mobile: 9845359439
5.	**Ms. Jasmine Benny** (Chapter V & VI)	Associate Professor, St. John's College of Nursing #2129, 15th Cross, 22nd Main HSR 1st Sector Bangalore 560034	jasminebenny@hotmail.com	Office: 91 80-22065129 Resi : 9180- Mobile: 9845359439
6.	**Ms. Maryann Charles** (Coordinator of the project, Editor, Chapter IV, VIII, XI, & XII)	Professor, St. John's College of Nursing 752, Victress Villa 5th Cross Gokul Extension Bangalore 560054	maryannvc@hotmail.com	Resi : 91 80- 25506375 91 80- 23377377 Mobile: 9845803423

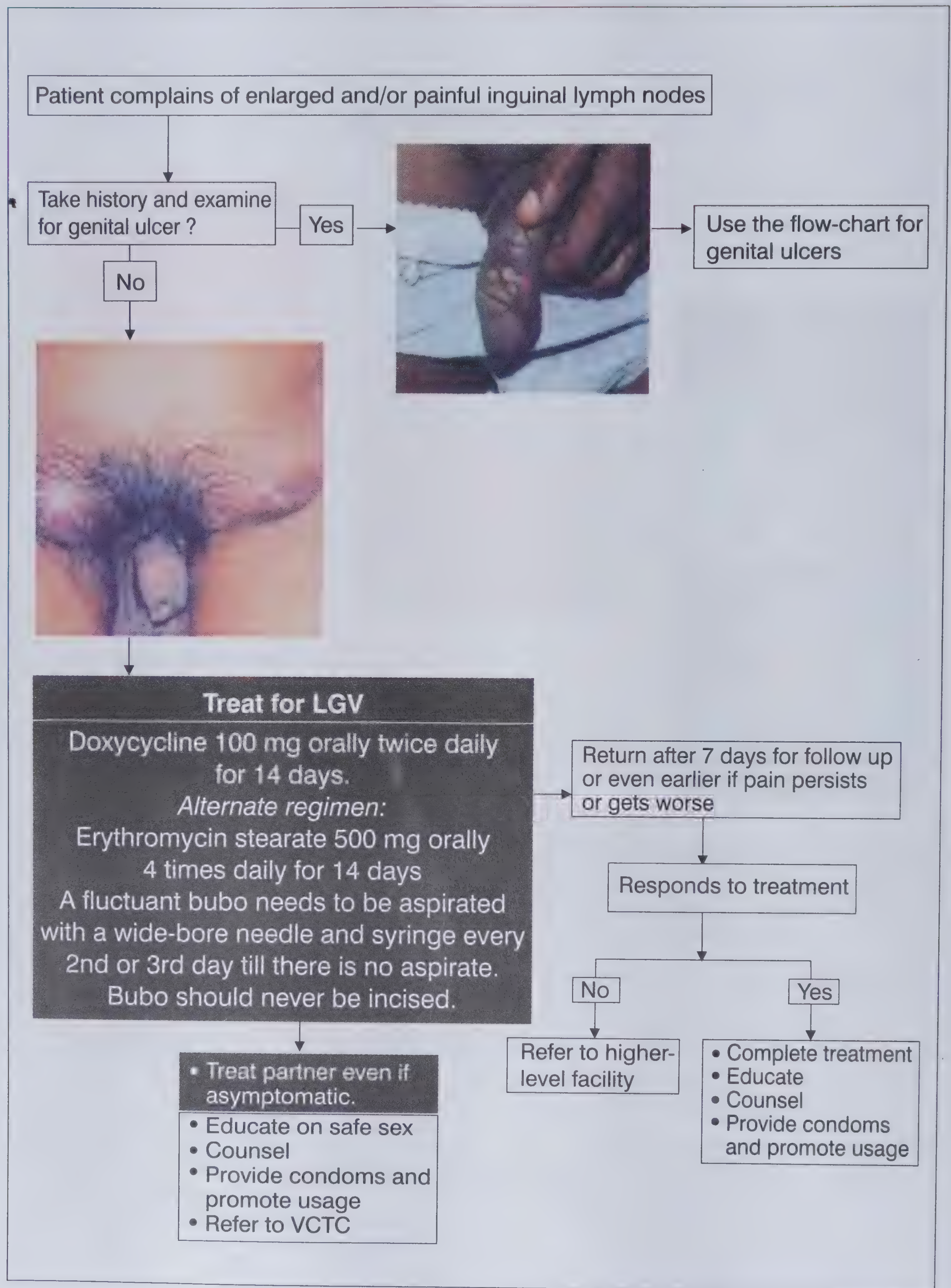
Flow chart of Syndromic Case Management

Genital Ulcers

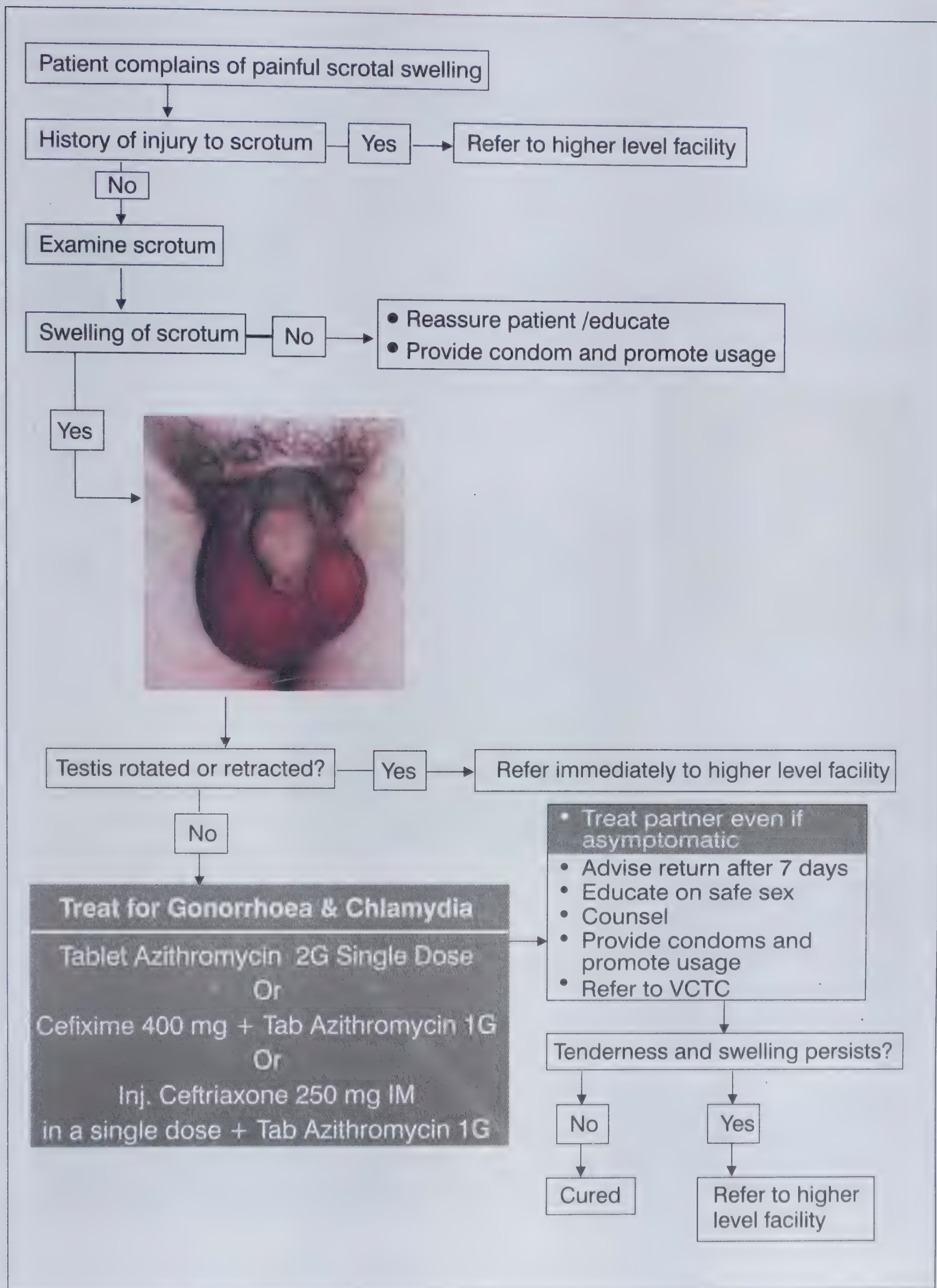


Inguinal Bubo (Swelling)

(Both sexes)

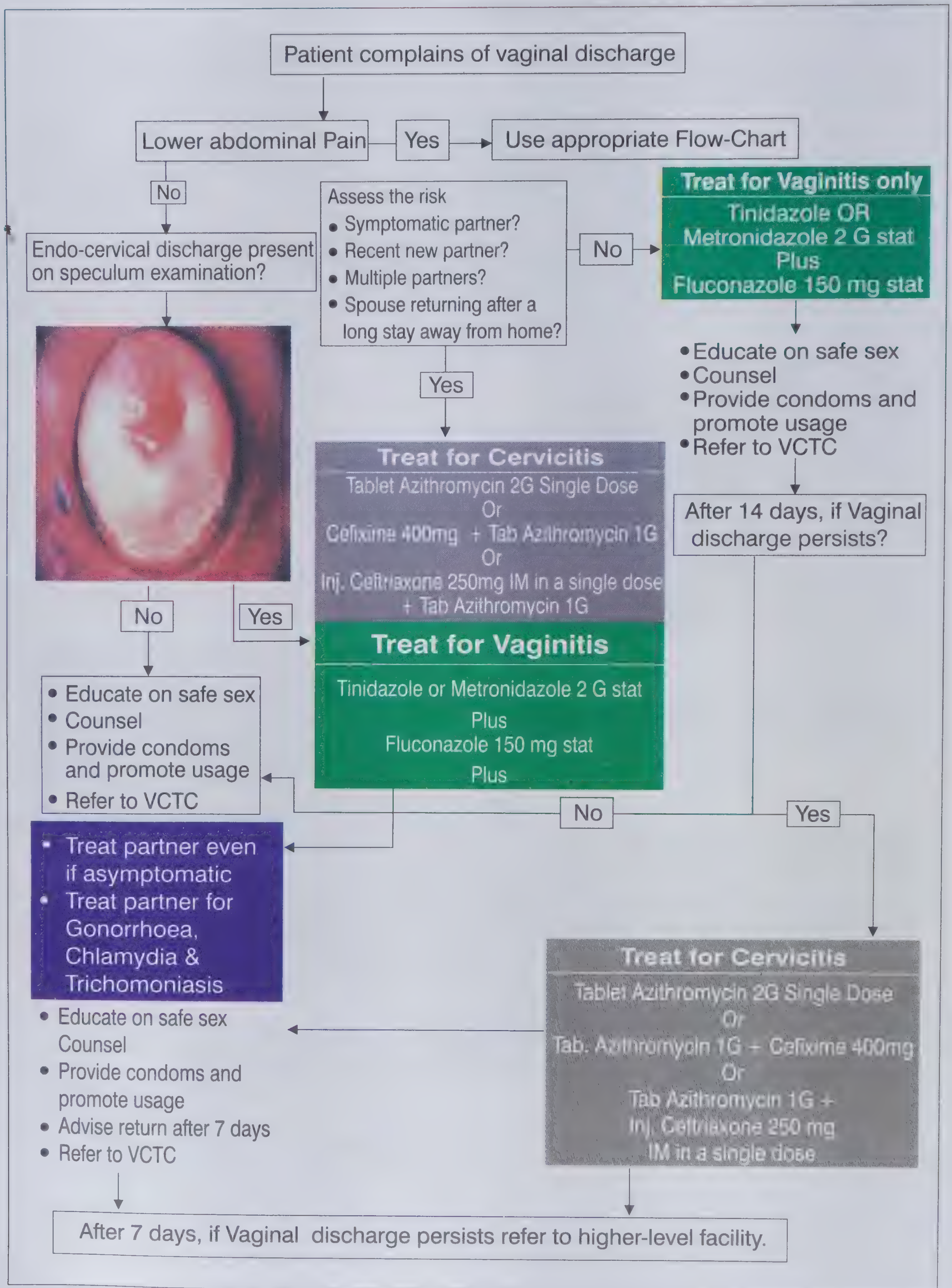


Painful Scrotal Swelling



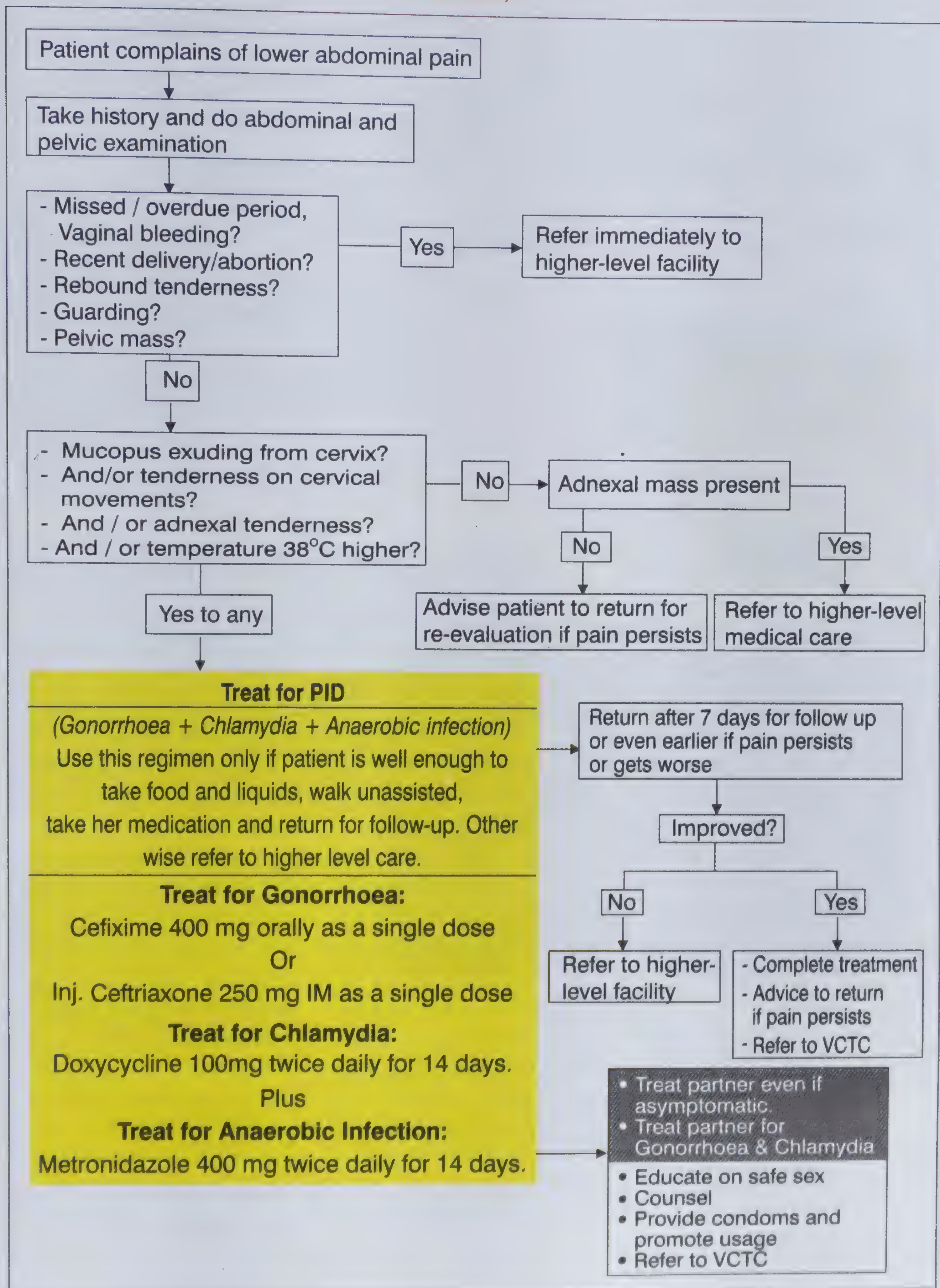
Vaginal Discharge

(Speculum Examination)

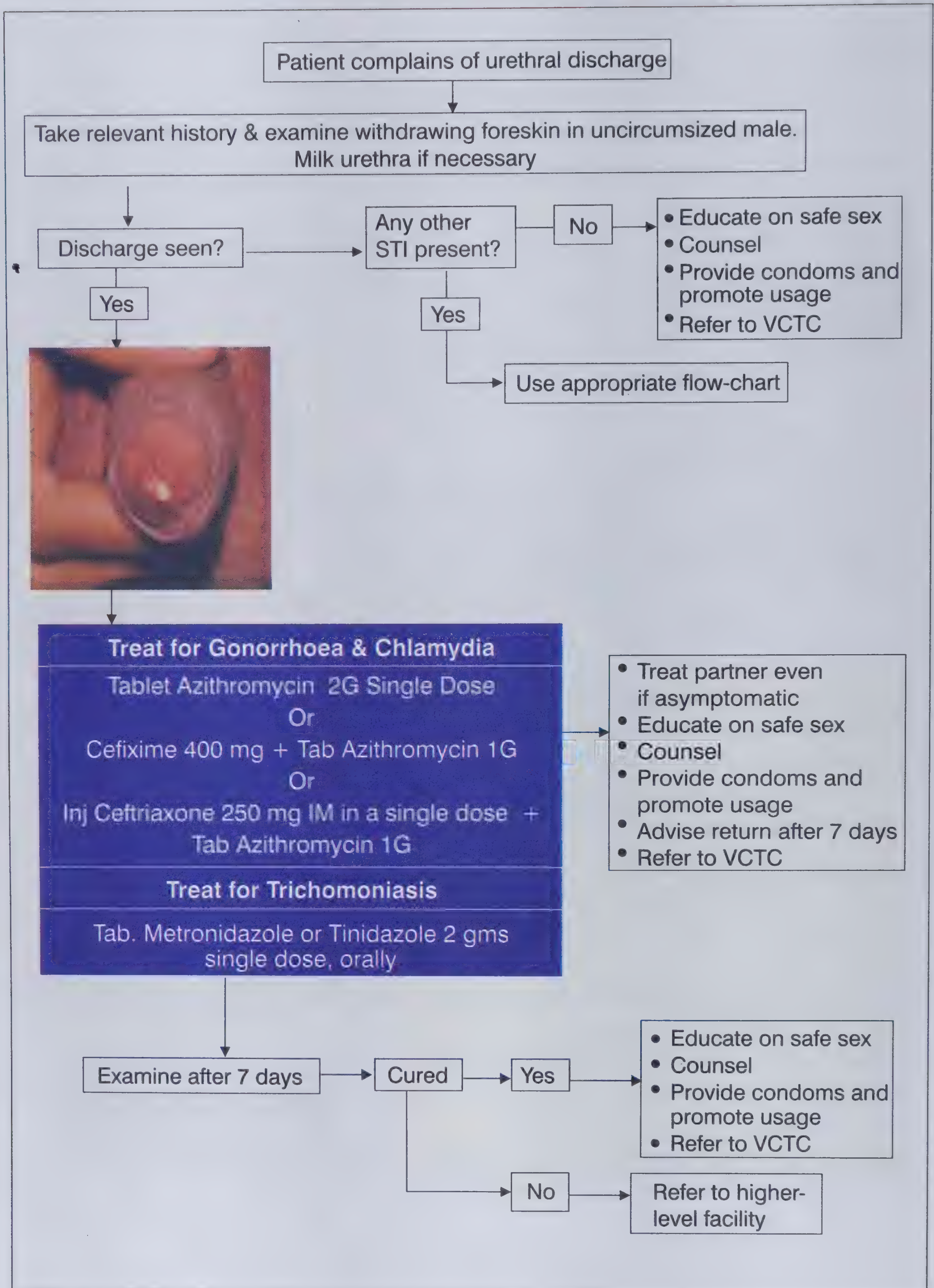


Lower Abdominal Pain

(in females)

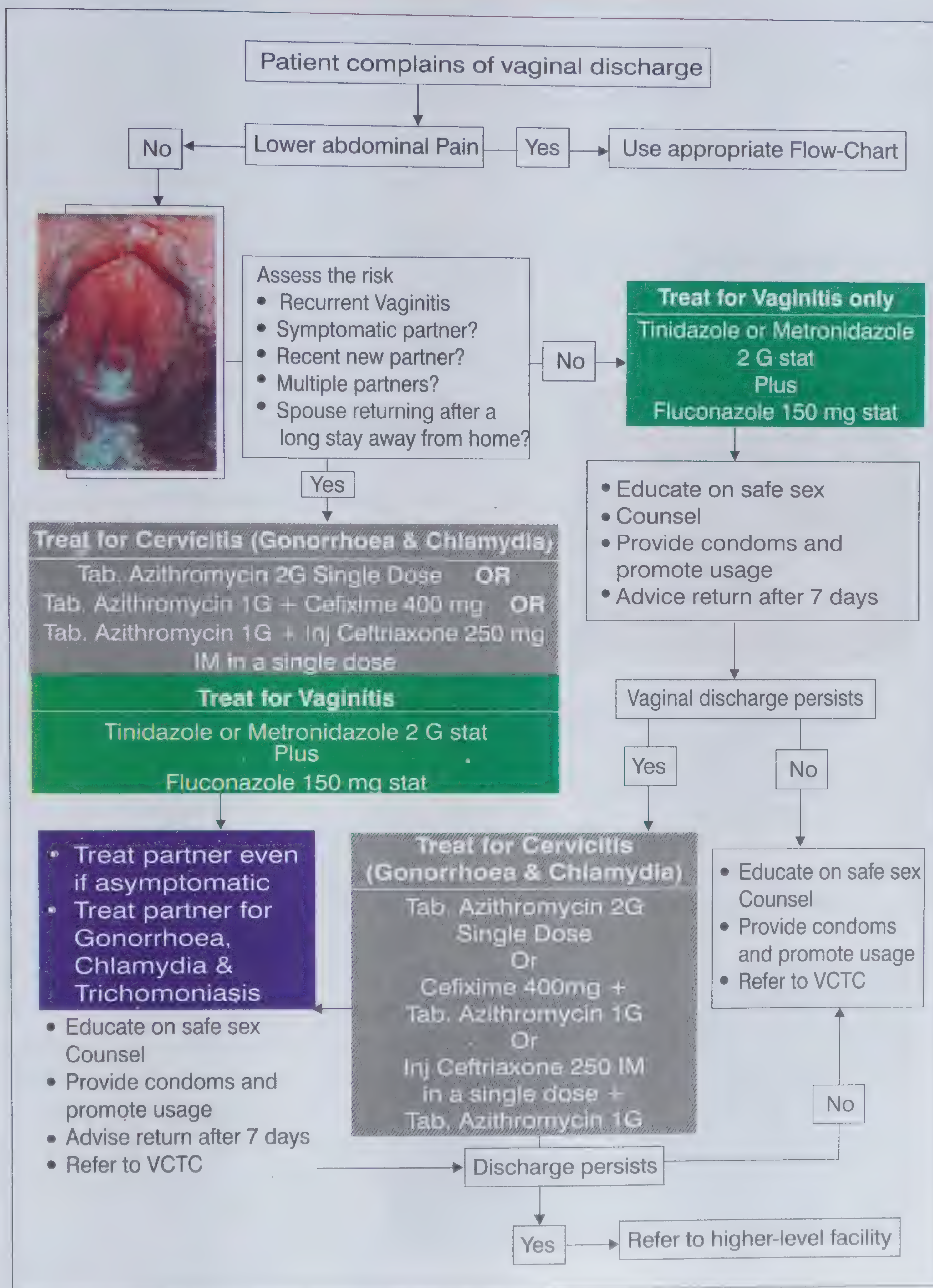


Urethral Discharge



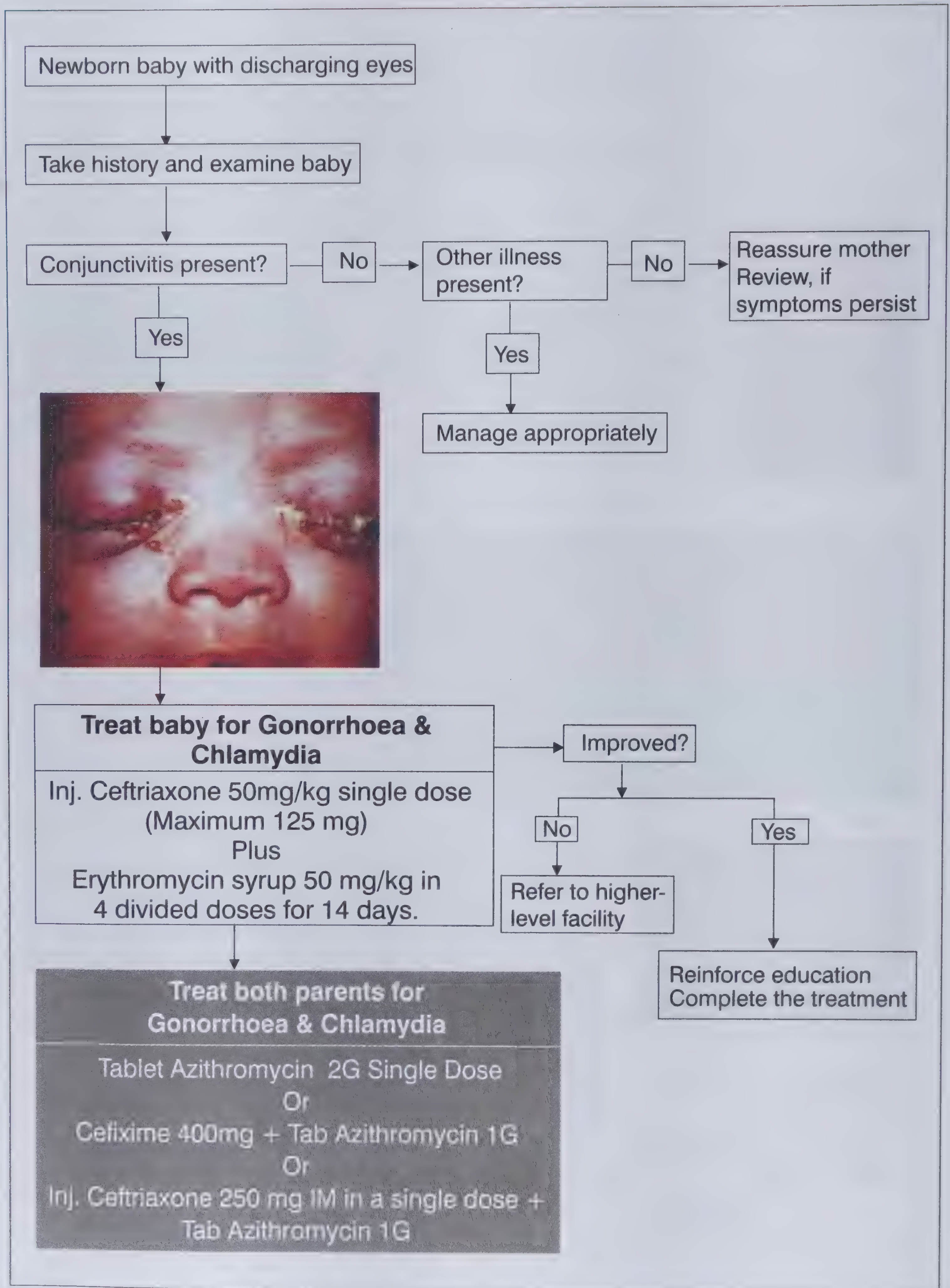
Vaginal Discharge

(Without Speculum Examination)



Ophthalmia Neonatorum

(Neonatal Conjunctivitis)



ಪ್ರಥಮಾಕ್ಷರಿ ನಾಮಗಳು

AFB	:	ಆ್ಯಸಿಡ್ ಫಾಸ್ಟ್ ಬ್ಯಾಸಿಲ್ಲೈ
AIDS	:	ಅಕ್ವೈರ್ಡ್ ಇಮ್ಯುನೊ ಡೆಫಿಷಿಯನ್ಸಿ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್
ANM	:	ಆಕ್ಸಿಲರಿ ನರ್ಸ್ ಮಿಡ್‌ವೈಫ್
ART	:	ಆ್ಯಂಟಿ ರೆಟ್ರೋವೈರಲ್ ಥೆರಪಿ
AZT	:	ಜಿಡೋವುಡೈನ್
BMT	:	ಬ್ರೆಸ್ಟ್ ಮಿಲ್ಕ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಮಿಷನ್
CRC	:	ಕನ್ವೆನ್ಷನ್ ಆಫ್ ರೈಟ್ಸ್ ಆಫ್ ಚಿಲ್ಡ್ರನ್
EC	:	ಎಕ್ಸ್‌ಪೋಷರ್ ಕೋಡ್
ELISA	:	ಎನ್‌ಜೈಮ್ ಲಿಂಕ್ಡ್ ಇಮ್ಯುನೋಸಾರ್ಬೆಂಟ್ ಅಸ್ಸೆ
FHAC	:	ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಹೆಲ್ತ್ ಅವೇರ್‌ನೆಸ್ ಕ್ಯಾಂಪೇನ್
HAART	:	ಹೈಲಿ ಆ್ಯಕ್ಟಿವ್ ರೆಟ್ರೋವೈರಲ್ ಥೆರಪಿ
HBV	:	ಹೆಪಟೈಟಿಸ ಬಿ ವೈರಸ್
HCV	:	ಹೆಪಟೈಟಿಸ ಸಿ ವೈರಸ್
HIV	:	ಹ್ಯೂಮನ್ ಇಮ್ಯುನೋಡೆಫಿಷಿಯನ್ಸಿ ವೈರಸ್
ICHAP	:	ಇಂಡಿಯಾ ಕೆನಡಾ ಕೊಲಬೊರೇಟಿವ್ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್
IDV	:	ಇಂಡಾನಿವರ್
IEC	:	ಇನ್‌ಫಾರ್‌ಮೇಷನ್, ಎಜುಕೇಷನ್ ಅಂಡ್ ಕಮ್ಯುನಿಕೇಷನ್
IUD	:	ಇಂಟ್ರಾ ಯುಟೆರೈನ್ ಡಿವೈಸ್
IVDU	:	ಇಂಟ್ರಾ ವಿನಸ್ ಡ್ರಗ್ ಯುಸರ್ಸ್
KSAPS	:	ಕರ್ನಾಟಕ ಸ್ಟೇಟ್ ಏಡ್ಸ್ ಪ್ರಿವೆನ್ಷನ್ ಸೊಸೈಟಿ
LGV	:	ಲಿಂಫೋಮ ಗ್ರಾನುಲಾರ್ ವೆನೆರಿಯಮ್
MEC	:	ಮೆಡಿಕಲ್ ಎಜುಕೇಷನ್ ಸೆಲ್
MTCT	:	ಮದರ್ ಟು ಚೈಲ್ಡ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಮಿಷನ್
NACO	:	ನ್ಯಾಷನಲ್ ಏಡ್ಸ್ ಕಂಟ್ರೋಲ್ ಆರ್ಗನೈಜೇಷನ್
NGO	:	ನಾನ್ ಗವರ್ನಮೆಂಟ್ ಆರ್ಗನೈಜೇಷನ್
NNRTI	:	ನಾನ್ ನ್ಯುಕ್ಲಿಯೋಸೈಡ್ ರಿವರ್ಸ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಕ್ರಿಪ್ಟೇಸ್ ಇನ್‌ಹಿಬಿಟರ್ಸ್
NRTI	:	ನ್ಯುಕ್ಲಿಯೊಸೈಡ್ ರಿವರ್ಸ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಕ್ರಿಪ್ಟೇಸ್ ಇನ್‌ಹಿಬಿಟರ್ಸ್
NVP	:	ನೆವಿರಾಪೈನ್
OI	:	ಅಪರ್ಚುನಿಸ್ಟಿಕ್ ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷನ್ಸ್
OPIM	:	ಅದರ್ ಪೊಟೆನ್ಷಿಯಲಿ ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷಿಯಸ್ ಮಟಿರಿಯಲ್
OT	:	ಆಪರೇಷನ್ ಥಿಯೇಟರ್
PEP	:	ಪೋಸ್ಟ್ ಎಕ್ಸ್‌ಪೋಷರ್ ಪ್ರೊಫಿಲ್ಯಾಕ್ಸಿಸ್
PI	:	ಪ್ರೊಟೀಸ್ ಇನ್‌ಹಿಬಿಟರ್ಸ್
PID	:	ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಇನ್‌ಫ್ಲೆಮೇಟರಿ ಡಿಸೀಸಸ್
PLHA	:	ಪೀಪಲ್ ಲಿವಿಂಗ್ ವಿತ್ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್
PPTCT	:	ಪ್ರಿವೆನ್ಷನ್ ಆಫ್ ಪೇರೆಂಟ್ ಟು ಚೈಲ್ಡ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಮಿಷನ್
PMTCT	:	ಪ್ರಿವೆನ್ಷನ್ ಆಫ್ ಮದರ್ ಟು ಚೈಲ್ಡ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಮಿಷನ್
RTI	:	ರಿಪ್ರೊಡಕ್ಟಿವ್ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟ್ ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷನ್
STD	:	ಸೆಕ್ಷುಅಲಿ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಮಿಟೆಡ್ ಡಿಸೀಸಸ್
STI	:	ಸೆಕ್ಷುಅಲಿ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಮಿಟೆಡ್ ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷನ್ಸ್
USAID	:	ಯುನೈಟೆಡ್ ಸ್ಟೇಟ್ಸ್ ಏಜೆನ್ಸಿ ಫಾರ್ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಡೆವಲಪ್‌ಮೆಂಟ್
VCT	:	ವಾಲಂಟರಿ ಕೌನ್ಸಲಿಂಗ್ ಅಂಡ್ ಟೆಸ್ಟಿಂಗ್
VCTC	:	ವಾಲಂಟರಿ ಕೌನ್ಸಲಿಂಗ್ ಅಂಡ್ ಟೆಸ್ಟಿಂಗ್ ಸೆಂಟರ್
WHO	:	ವರ್ಲ್ಡ್ ಹೆಲ್ತ್ ಆರ್ಗನೈಜೇಷನ್
ZDV	:	ಜಿಡೋವುಡೈನ್

ಎಸ್‌ಟಿಐ ಮತ್ತು ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್:
ನಿವಾರಣೆ ಕಾಳಜಿ ಆಧಾರ ಮತ್ತು ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ
ಏಡ್ಸ್ ನಿವಾರಣ ಸಂಸ್ಥೆ (ಕರಾಏನಿಸ)
ಫೋನ್: 080 - 2220 1436/9
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 080 - 2220 1435

ಇಂಡಿಯ-ಕೆನಡಾ ಕೊಲಬೊರೇಟಿವ್
ಎಚ್‌ಐವಿ ಅಂಡ್ ಏಡ್ಸ್ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್ (ಐಚಾಪ್)
ಫೋನ್: 91- 080 - 2220 1237/8/9
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 91- 080 - 2220 1373

ಪಿಸ್‌ಕಸ್ ಮಹಡಿ ನಂ. 4/13-1, ಕ್ರೆಸೆಂಟ್ ರೋಡ್, ಹೈಗ್ರೌಂಡ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು-560 001